



### Ihre ONLINE-Druckerei



- Privatdrucksachen!
- Einladungen für Hochzeit, Geburt, Jubiläum!
- Broschüren, Magazine, Digitaldruck, Flyer, Tassen, Layout- und Satzerstellung nach Ihren Wünschen und viele weitere Dienstleistungen!

#### Gern beraten wir Sie!

Druckerei Krüper & Co. GmbH

Stadtbahnstraße 30, 22393 Hamburg

**Tel.: (040) 600 95 070, E-Mail: mail@krueperdruck.de** Öffnungszeiten: Mo-Fr: 8.30–11:30 und 12:30 -18.00 Uhr



www.krueperdruck.de



### Gefakte Wahrheit

**VON WOLFGANG E. BUSS** 



Herzlich willkommen im neuen Jahr – im **Wahljahr 2017!** Die Geschäfte laufen gut – dagegen ist die gesellschaftliche Stimmung im **Keller!** 

Seit den Zeiten der RAF hat es keine vergleichbare Verunsicherung in Deutschland gegeben. Und einen so dramatischen Vertrauensverlust in die sogenannten Eliten. Wenn sich ein Schwerst-Krimineller mit 14 unterschiedlichen Identitäten monatelang in Deutschland aufhalten kann, um

dann final zum Massenmörder zu werden, wollen Politik und Behörden darüber "Gespräche führen", um das Staatsversagen zu beheben. Wer allerdings als braver Deutscher und gemeldeter Steuerzahler zweimal seinen Rundfunkbeitrag nicht bezahlt, mit dem fährt unser Staat Schlitten. Keiner setzt sich dann in Talkshows, um plötzlich über möglicherweise zu hohe Rundfunkgebühren, deren Zumutbarkeit et cetera zu diskutieren. Auch Falschparker erfasst die volle Härte des Gesetzes. Hunderte Beispiele könnten folgen! Und diesen Widerspruch finden viele Menschen in unserer Republik – entschuldigen Sie das drastische Wort – zum Kotzen.

Die Menschen haben den Eindruck, niemals zuvor wurden sie im politischen Raum so viel belogen wie derzeit. **Insbesondere** zum Thema Flüchtlingskrise. Mein Rat zum neuen Jahr: Trauen Sie ab sofort **keinem** mehr in politischen Fragen, denn die Protagonisten in den Parteien bereiten sich aktuell auf nur eines vor, gewählt zu werden. Und das genau in politisch schwierigen Zeiten. Man erreicht das – vom Philosophen Platon gelernt – mit Wahlgeschenken, falschen Versprechen und **glatten Lügen.** 

Der große Denker **Karl R. Popper** beschäftigte sich in seiner Arbeit auch mit dem antiken und heute noch häufig zitierten **Philosophen Platon**, der eine Grundlage für die moderne Staatsführung schuf: Popper beschreibt, dass Platon dem jeweiligen Herrscher gestattete, alle Mittel anzuwenden, um die Staatsräson durchzusetzen, eingeschlossen der Mittel der **Lügen und des Betruges.** Die Lüge im Munde des Herrschers sei "kein Verrat an der Wahrheit, sondern ein **erlaubtes** Mittel der Überredung".

Umgekehrt wird alles, was den Leuten auf hohem Ross in Parlamenten, Regierungen oder Chefredaktionen nicht gefällt, als unglaubwürdig erklärt. Ein **genialer** Kunstgriff, um Erfahrungen oder Meinungsäußerungen des gemeinen Volkes auf Twitter und Facebook pauschal zu diskreditieren.

**Doch was ist Wahrheit und was ist "Fake"?** Hören wir die Kollegen vom "NDR", lesen in der "TAZ", dem "Bayern-Kurier" oder in "Cicero" über Deutschland, könnte man meinen, sie berichten über unterschiedliche Länder! Obwohl alle für sich reklamieren, Tatsachen zu beschreiben.

Doch was sollen wir tun? Holt sie **runter** von ihren hohen Rössern! Last uns die **"Kultur der Empörung"** wiederbeleben, die einst SPIEGEL-Gründer Rudolf Augstein hochhielt. Zur Erinnerung: Als die durchgehend **belogenen** Bürger der ehemaligen DDR auf die Straße gingen und skandierten **"Wir sind das Volk"**, hatten sie unser aller moralische Unterstützung!

Und wir? Heute? Wer nicht mit den Wölfen heult wird als "Anti-Europäer", "Populist", "AfD-ler", "Fremdenhasser" oder "islamophob" abgeurteilt. In der DDR nannte man es "staatsfeindliche Hetze", wenn jemand anderer Meinung war. Diese Un-Kultur müssen wir beenden, sonst – so sage ich voraus – wird unsere Demokratie Schaden nehmen.

Ein gelungenes 2017 wünsche ich Ihnen – und genießen Sie es, einmal anders zu denken – und auch zu wählen!



#### Die Vorteile auf einen Blick:

- · Verbesserte Sicht bei widrigen Lichtverhältnissen
- · Geringeres Blendungsempfinden bei Gegenverkehr
- · Optimierte Sicht auf Straße, Navi und Rückspiegel
- · auch für den Alltag geeignet

Wir bieten unseren Kunden 20% auf DriveSafe Brillengläser.

Angebot gültig bis zum 28.02.2017

Eppendorf · Eppendorfer Baum 18 T. 040. 460 29 93 · luehr-optik.de

FÜR GUTE BRILLEN MUSS MAN EINE NASE HABEN





### Stilleuchten Götzl

Lampen und Schirme Fasanenweg 2, 22145 HH 040/644 85 79

www.stilleuchten-goetzl.de Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 9-18 Uhr, Sa. 9-14 Uhr

Polsterei - Stuhlflechterei - Möbelaufarbeitung



GRÖNICH Polstereibetrieb

Eppendorfer Landstraße 130 Tel.: 0 40 / 4 80 79 12 www.polstereibetrieb-groenich.de





Kinderwagen, Buggys, Kindersitze und Bekleidung (z.B. Steiff) bis zu

Mittelstraße 62 · Norderstedt · Parkplatz Glashütter Markt Di bis Fr 10.30 – 13 Uhr + 14 – 18 Uhr + Sa 10.30 – 17 Uhr Tel.: 040 - 60 92 91 36 www.babyton.de





### **Fabricius**

www.fabriciusstrasse31.de

Neubau von 20 sonnigen Eigentumswohnungen

- Größen von ca. 51 140 m²
- Balkone mit Westausrichtung



### The Yard

www.yard-hamburg.de

Neubau von 33 hochwertigen Eigentumswohnungen

- Größen von ca. 48 187 m²
- Ruhige zentrale Lage







# **Endlich Eppendorf**

www.endlich-eppendorf.de

Neubau von 4 exklusiven Stadthäusern

- Ca. 176 m² verteilt auf 5 Zimmer
- Tiefgarage

### LÜTHEN & CO. IMMOBILIEN



### **Kontakt**

Lüthen & Co. Immobilien GmbH Neuer Wall 84 20354 Hamburg

Telefon 040/360 99 20 10 verkauf@luethen-immobilien.de www.luethen-immobilien.de

### Wir suchen Verstärkung!

- (Jr.) Projektleiter/in Akquisition
- Immobilienberater/in Projektvermarktung
- Praktikant/in

www.luethen-immobilien.de/karriere



12

Prominente Gesichter: Michael Stich, Martin Schwalb und Bernd Hoffmann (v.l.) bei der Verleihung des Werner-Otto-Preises!

# INHALT

Januar 2017

### Magazin

- 3 Kolumne
- 8 News: Preisträger, Charity und ganz große Kunst
- 12 Wir waren bei der Verleihung des Werner-Otto-Preises im Rathaus
- 14 Kabarettist Frank Grischek über die Schönheit des Akkordeons
- **16** Ist die Handelskammer noch zeitgemäß? Unternehmer diskutieren
- **20** Schauspielerin Julia Koschitz spielt in Hamburg... eine Schau spielerin!
- 22 Kostja Ullmann über seinen neuen Film und Lebensträume
- **50** What's up in town: Prominente auf den spannendsten Events der Stadt

#### Servicethemen

- 24 Alster med: Experten zu medizinischen Top-Themen
- 29 Gesundheitsratgeber: Tipps für einen gesunden Lebensstil
- 30 Besser sehen: Wie die Sehkraft erhalten bleibt



- 33 Traumhochzeit: Ideen für den smarten Bräutigam
- 34 Bauen und renovieren: Designer-Teppiche ausgezeichnet
- 38 Sport: Das sind die Sporttrends 2017
- 42 Golf Spezial: Golftalent Christian Carstensen im Porträt
- 44 Auto-Welt: Die neue Generation des Audi Q5
- 45 Kleinanzeigen/Impressum
- **46 Kurzprofile:** Bester Service in Ihrer Nähe 48 Exklusive Standorte, an denen Sie unser



Warum braucht Hamburg die Handelskammer? Sechs prominente Unternehmer diskutierten!







Rothenbaumchaussee 78

Sa: 8.00 - 16.00 Uhr

### Reinigung

Kingsgard

2 Hosen special

20148 Hamburg 1 Hemd Tel.: 040 - 450 608 23 Öffnungszeiten: bügeln Mo. - Fr.: 7.00 - 20.00 Uhr

waschen &



5-Sterne Ferienhäuser in exponierten Lagen www.traumhaussylt.de Tel.: 040 53 69 40 06

### Nichts fehlt - außer Dir

Die Schauspieler Sandra Quadflieg und Ulrich Tukur geben am 2.2. um 19.30 Uhr im St. Pauli Theater eine Lesung aus dem Briefwechsel des Dichterpaares Claire und Yvan Goll. Die beiden waren im Kulturleben des 20. Jahrhunderts mit Rilke, Einstein und Dali bekannt. Quadflieg und Tukur haben zum 40. Todestag von Claire Goll das Hörbuch "Nichts fehlt - außer dir" eingespielt, das am 1.2. erscheint. Karten zu 25€ unter st-pauli-theater.de





Paula Modersohn-Becker, Mädchenbildnis mit gespreizter Hand vor der Brust, um 1905

### AUSNAHME-FRAU

Das Bucerius Kunst Forum präsentiert mit Paula Modersohn-Becker "Der Weg in die Moderne" vom 4.2. bis 1.5. eine konzentrierte Neubetrachtung des Werks der Ausnahmekünstlerin. Die Einzelausstellung veranschaulicht anhand von rund 80 Werken die singuläre Bedeutung ihres kurzen künstlerischen Schaffens in einer Zeit zwischen zwei grundverschiedenen Künstlergenerationen: den Spätimpres-

sionisten und den Expressionisten. Infos: buceriuskunstforum.de



Portrait der Künstlerin Paula Modersohn-Becker in der Veranda ihres Hauses, 1901

## Hille zur Selbsthilfe

KISS Hamburg hat gerade im Kreuzweg 7 in St. Georg seine vierte Kontaktstelle eröffnet. Hamburger Selbsthilfegruppen stehen dort drei neue Räume für Treffen zur Verfügung. Menschen, die Interesse an Selbsthilfe haben, können sich unter Tel. 537 978 979 informieren. In St. Georg gibt es zahlreic he Selbsthilfegruppen, zum Beispiel zu Alkohol, Depression oder sexuelle Gewalt, aber auch speziell für ältere Frauen oder gegen Einsamkeit. Infos: www.kiss-hh.de

### Charles Brauer Benefizkonzert

Der Rotary Club Hamburg Deichtor veranstaltet am 26.1. um 19.20 Uhr ein Benefizkonzert mit Charles Brauer im Auditorium Maximum der Bucerius Law School. Die Einnahmen des kabarettistischen Abends mit Texten von Kurt Tucholsky, Wolfgang Neuss, Joachim Ringelnatz, Wilhelm Busch und Robert Gernhardt gehen zugunsten des ASB Löwenhauses Hamburg-Harburg. Karten zu 25 € unter rotary-konzert@web.de

Musik gegen Rechts

Aus aktuellem Anlass: Unter dem Motto "Mahnung – jüdische Musik gegen Rechts" präsentieren "Polina und Merlin Shepherd" (Brighton/UK) und "Stella's Morgenstern" (Hamburg/Israel) in einer persönlichen Auswahl traditionelle und neue jüdische Kompositionen gegen Rechtsradikalismus und Antisemitismus. Am 11. Februar im Goldbekhaus. Infos: www.goldbekhaus.de

Stella Jürgensen und Andreas Hecht von "Stella's Morgenstern" spielen in Winterhude mahnende Songs!





### Dies ist eine kleine Auswahl an Suchaufträgen von solventen Kunden, welche uns mit der Suche nach einer passenden Immobilie beauftragt haben.

Verleger sucht
Penthouse mit Alsterblick
bis 1,5 Mio €

Gastronom sucht
Eigentumswohnung in
Fuhlsbüttel bis 800.000 €

Softwareentwickler sucht Grundstück in Winterhude

Junge Familie sucht Eigentumswohnung bis 400.000 € Designer sucht Eigentumswohnung in St. Georg bis 700.000 € Unternehmer sucht Einfamilienhaus in Fuhlsbüttel bis 2,5 Mio €

Model sucht Eigentumswohnung in Eppendorf bis 600.000 € Akademiker sucht
Altbau in Rotherbaum bis
950.000 €

Jurist sucht
Doppelhaushälfte in
Barmbek bis 550.000 €

Bauunternehmer sucht Maisonettewohnung an der Alster bis 1,2 Mio € Chirurg sucht
Eigentumswohnung in der
HafenCity bis 2 Mio €

Steuerberater sucht Grundstück in Uhlenhorst bis 500.000 €

Ehepaar sucht
Eigentumswohnung in
HH-Altstadt bis 800.000 €

Pilot sucht Einfamilienhaus mit Alsterzugang bis 1 Mio € Akademiker sucht Zinshaus in Eimsbüttel bis 800.000 €

### Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unseren Hamburger Filialen!











Sichern Sie sich jetzt echte TEMPUR<sup>\*</sup> Qualität zum Vorzugspreis. Abverkauf ausgewählter Matratzenmodelle in 21 und 25 cm Höhe.

Nur so lange der Vorrat reicht. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar, außer TEMPUR 365 Tage Zufriedenheitsgarantie.

horizont betten Mühlenkamp 63 • 22303 Hamburg Tel.: 040 / 650 44 872 • www.horizont-betten.de info@horizont-betten.de Öffnungszeiten: Mo. bis Fr.: 10 bis 19 Uhr, Sa: 10 bis 16 Uhr



### Wenn es um Ihre Immobilie geht

**Grundeigentümer-Verband Hamburg – die Institution seit 1832** 



Vorsitzender: Heinrich Stüven Rechtsanwalt

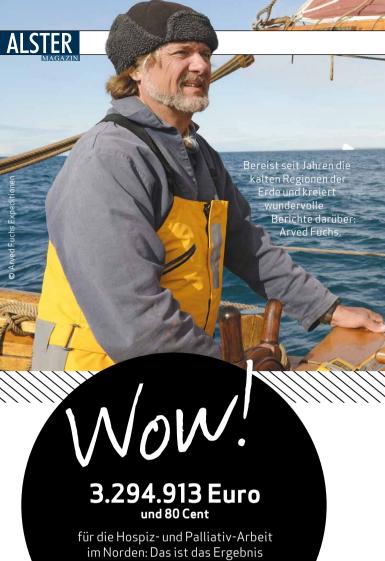
Recht und Steuern
Bauen und Renovieren
Technik und Energieeinsparung
Wertermittlung
Kauf und Verkauf
Finanzierung und Versicherung
Vermietung und Verwaltung

Neutrale Experten-Beratungen rund um Haus, Grundstück oder Ihre Eigentumswohnung. Erfahren Sie mehr über Ihre weiteren Vorteile:

www. grunde igentuemer verband. de



Grundeigentümer-Verband Hamburg von 1832 e.V. Glockengießerwall 19 · 20095 Hamburg · Telefon 040 30 96 72 0 · Fax 040 32 13 97



für die Hospiz- und Palliativ-Arbei im Norden: Das ist das Ergebnis der Ende des vergangenen Jahres durchgeführten NDR-Benefizaktion "Hand in Hand für Norddeutschland"!

# CharityCharityEndge Der Deutsch-Amerikanisch 13

Der Deutsch-Amerikanische Frauen-Club Hamburg e.V. lädt am 6.02, um 12 Uhr zum 16. Charity-Bridge-Turnier ein; für Damen, Herren und gemischte Paare. Wo: Steigenberger Golfhotel Treudelberg, Lemsahler Landstraße 45. Gebühr: 30 € (plus 13 € für die Gastronomie). Der Einsatz wird zugunsten von Projekten für behinderte Hamburger Kinder gespendet. Bitte melden Sie sich paarweise bei Bettina Wex an, die gern weitere Infos zusendet, per Fax 80 99 54 94 oder E-Mail: bettina.wex@t-online.de

# Zu gewinnen: Eis Geschichten

seiner Live-Tournee "Grönland - 35 Jahre Abenteuer in Eis und Schnee" auch in Hamburg halt. Darin blickt er auf die Besiedlungsgeschichte der Insel und seine ersten Begegnungen mit der einheimischen Bevölkerung zurück. Wo: Laeiszhalle. Wann: 15.2., 20 Uhr. Tickets ab 25,90 € u.a. über eventim.de. Wir verlosen 3x2 Karten! Wer zwei gewinnen will, schickt bis zum 8.2. eine E-Mail mit dem Stichwort Grönland an k.wehl@alster-net.de. Infos: arved-fuchs.de

### Es muss auch nicht alles immer neu und hipstermäßig sein!

CDU-Fraktionschef André Trepoll über das Aus für das traditionelle Stuttgarter Weindorf in Hamburg.

Mit ihren 28 Jahren war die Schauspielerin Kristin Suckow schon auf einigen Theaterbühnen zu sehen, Bereits 2014 wurde sie für den Max-Ophüls-Preis als beste Nachwuchsdarstellerin nominiert. Dieses Jahr kommt ein Gewinn hinzu: Für ihre Darstellung der Luise Miller in



"Kabale und Liebe" am Ernst-Deutsch-Theater erhält sie den Rolf-Mares-Preis in der Kategorie "Herausragende Leistung Darstellerin". Herzlichen Glückwunsch!



#### FEIERN IM LA MADERA

KONFIRMATION, HOCHZEIT, JUBILÄUM, OSTERN, SOMMERFEST & BETRIEBSFEIER .....



#### **Buchen Sie rechtzeitig!**

Saal I (Paterre) - für bis zu 30 Personen - für bis zu 70 Personen Saal II (1.Stock) Saal III (1.Stock) - für bis zu 120 Personen

Saal III ist als Seminar-/Schulungsraum mit Beamer, Leinwand, Musikanlage und Mikrofon ausgestattet.

Menüab € 25.90 Buffetab € 29.00



Saseler Chaussee 101 - 22393 Hamburg Tel.: 040 / 380 76 165 - Fax: 040 / 380 76 164 www.la-madera.de



### Gesunde Zähne – Gesunder Körper

das biologische Konzept – Umweltzahnmedizin



Dr. Klaus Schütte Zahnarzt



Isabella Tietgen Zahnärztin



Dr. Jürgen Reitz Zahnarzt

#### **Ihre Symptome:**

- · erschöpft/müde
- umweltbelastet
- · chronisch krank
- Allergiker
- Rücken erkrankt

#### mögliche Ursachen:

- · Zahnmetalle, Acrylate
- Titanimplantate
- · wurzelbehandelte Zähne
- Zahn Kieferstörfelder
- Bissverhältnisse

Abklärung durch unsere ganzheitlich biologische Diagnose

Telefon 040/642 99 10 | Termine nach Vereinbarung Bramfelder Ch. 318 | 22177 Hamburg | www.dr-klaus-schuette.de



Die Gewinner des Werner-Otto-Preis 2017: das ReBBZ Wilhelmsburg (es gab ihn für dessen additiven Schwimmunterricht) mit Laudatorin Ina Menzer (I.), Stifter und Mäzen Alexander Otto (3.v.l.) und Sportstaatrat Christoph Holstein (r.)

Stifter und Mäzene: Dorit und Alexander Otto

## Auszeichnungswürdig!

Vor rund 100 Gästen aus Sport, Politik, Wirtschaft und Kultur wurde gerade im Rathaus der mit 30.000 Euro dotierte **Werner-Otto-Preis** der **Alexander Otto Sportstiftung** vergeben. Preiswürdig sind Projekte im Bereich des Behindertensports in Hamburg und der Metropolregion, die zur Inklusion und Förderung behinderter Menschen im Sport beitragen. Eine prominent besetzte Jury votierte für das Regionale Bildungs- und Beratungszentrum (ReBBZ) in Wilhelmsburg mit seinem

additiven Schwimmunterricht als Gewinner. Dieser richtet sich an lern-, sprach- und verhaltensauffällige Schülerinnen und Schülern von der Vorschule bis zur 4. Klasse. Dafür gab es ein Preisgeld von 15.000 Euro. Anerkennungen verbunden mit Preisgeldern erhielten der Eimsbütteler TV für sein Aquaball-Angebot (5.000 €), die Turnerschaft Harburg für ihr Ju-Jutsu-Projekt (5.000 €) und Lebenshilfe Hamburg für das beim Club an der Alster spielende inklusive Hockeyteam "Die Hockies" (5.000 €).







### Lars Tamme

Frischemarkt

Frischemarkt in der Airport-Plaza

Frischemarkt im Bahnhof-Altona

### 3 x in Hamburg • 365 Tage im Jahr für Sie geöffnet!







### LOCAL PEOPLE



- Gravuren aller Art
   Uhren & Service
- Schuhreparatur
- Schlüsseldienst
- Batteriewechsel
- Schlüsselnotdienst

Taschenreparatur
 Stempel

Hamburger Str. 1 (Mundsburg-Center: Erdgeschoss) Tel.: 0157 / 534 502 14





markisen-rollläden-jalousien-terrassendächei

zentrale: saseler chaussee 111 tel.: 040 - 300 607-0

filialen: eppendorfer weg 260

tel.: 040 - 300 607-20

volksdorfer weg 1 tel.: 040 - 300 607-40





### Weiterdenken...

Sich inspirieren lassen, nachdenkliche Menschen treffen, sich austauschen: Philosophieren! Philosophische Abende von GEFAP e.V. jetzt im sympathischen Café Charade, Dorotheenstr. 174. In 2017 geht es fünfmal um das Thema "Menschenbilder" ohne Fachsprache und für jeden. Welche Ansichten haben wir über den Menschen, wo im Alltag bestimmen uns diese Vorstellungen?

Auf die Vorträge folgen Gespräche.

Start: Freitag 10. Februar 2017, 20:00 Uhr. Eintritt frei. Ohne Anmeldung.

Info: www.gefap-philosophieren.de, Tel.: 500 49 206



### Akkordeon. Aberschön

Premiere in Eppendorf: Frank Grischek stellt sein neues Programm am 12. Februar in Alma Hoppes Lustspielhaus vor. Wir sprachen mit ihm über schlechte Laune und das Akkordeon als bedeutendes Integrationsinstrument!

Alster Magazin: Jahrelang waren Sie vor allem für die musikalische Begleitung von Kabarettistenkollegen zuständig. Was brachte Sie für Ihr neues Soloprogramm zum Sprechen?

Frank Grischek: Die Notwendigkeit. Mir war immer klar: Kaum jemand geht zu einem Akkordeonkonzert, aber zu Grischek, denn der hat durch seine Texte, seine schlechte Laune und sein einzigartiges Gesicht ein Alleinstellungsmerkmal.

Sie haben schon in jungen Jahren mit dem Akkordeonspiel angefangen - warum sind Śie bei diesem Instrument geblieben? Hatten Sie zwischendurch nicht einmal Impulse, auf ein Instrument mit mehr Sex-Appeal umzusteigen? Warum sind Sie diesen nicht gefolgt? Das Akkordeon verdeckt charmant kleine Unzulänglichkeiten meines Frontalbereiches – immer schon, auch in jungen Jahren. Kein anderes Instrument erledigt diese nicht leichte Aufgabe so bravourös wie das Akkordeon. Und dieses Instrument spielt nicht jeder und kaum jemand kennt Musik auf dem Akkordeon außerhalb von Volkslied und Musikantenstadl.





Sie beklagen in Ihrem Programm, dass kaum einer der großen Komponisten der vergangenen Jahrhunderte Stücke für Akkordeon geschrieben hat. Woran liegt das Ihrer Meinung nach?

Wenn ich das wüsste, würde ich mich vermutlich nicht beklagen.....

Welcher aktuelle Popstar würde von mehr Akkordeon in seinen Songs profitieren? Würden Sie sich dafür persönlich zur Verfügung stellen?

Alle Popstars würden vom Akkordeon profitieren. Akkordeon hat die populäre Musik im Zuge des Polka-Booms und des multiethnischen Verschmelzungsprozesses in den dreißiger Jahren überhaupt erst möglich gemacht und ist das bis heute bedeutendste Integrationsinstrument. Wer das erkannt hat, dem stelle ich mich auch mit meinem Akkordeonspiel zur Verfügung.

Wenn man Sie darum bitten würde, bei einem Konzert ein Akkordeon-Stück in der Elbphilharmonie zu spielen, für welches würden Sie sich entscheiden?

Für den "Waltz for Anja" von Frank Grischek, einer Eigenkompostion für meine liebste Frau. Für das ihr gewidmete Stück kann es keinen besseren und würdigeren Spielort geben...

Christian Luscher



\*Bezogen auf die Angebotspreise bei Gartenmöbeln; gültig vom 21.01. - 04.02.2017 bzw. solange Vorrat reicht.

www.schulze-outdoorliving.de | Waldweg 95 | 22393 Hamburg | Tel.: 040-6012012 | Mo.-Fr. 9.00 - 18.00 Uhr | Sa. 9.00 - 16.00 Uhr



In der Handelskammer Hamburg scheint nichts mehr so wie es war. Selbst kammertreue Unternehmer bezeichnen den Zustand als verstaubt. Das Alster Magazin traf sich im Restaurant "del" mit führenden Persönlichkeiten zu einer Diskussionsrunde über ihre Arbeit in der Handelskammer. Warum engagieren sie sich neben ihren Berufen ehrenamtlich für die Kammer? Was bringt diese Institution? Muss sie reformiert werden? Lesen Sie hier die spannendsten Positionen der prominenten Unternehmer!

#### **Andreas Bartmann**

Jahrgang 1959

Seit 1989 Geschäftsführender Gesellschafter bei Globetrotter Ausrüstung

Ich begleite die Institution ehrenamtlich sehr intensiv seit weit über fünfzehn Jahren und habe da schon in den Anfangsphasen empfunden, dass sie schon ein relativ schwerfälliger, behäbiger, eingefahrener Kasten war. Sehr traditionsreich geführt worden, Abstimmungsergebnisse mussten und sollten möglichst immer 100 Prozent sein, Widerspruch gab es wenig und das ist dann irgendwie so abgearbeitet worden. Wenn man diese letzten fünfzehn Jahre sieht, wie sich diese Institution positiv mit den Unternehmern geändert hat! Denn diese Gestaltung, das machen ja die Unternehmer, das macht ja nicht das Hauptamt. Die Instrumente sind dabei beim Hauptamt, welches Lied gespielt wird, bestimmen wir als Unternehmer. Nun muss man einfach sagen, dass sich die vielen engagierten ehrenamtlichen Wirtschaftsvertreter durchaus so stark eingebracht haben, dass sie in den letzten fünfzehn Jahren eine notwendige zeitgemäße Veränderung herbeigeführt haben, die in den letzten hundert Jahren nicht passiert ist.



#### Robert Heinemann

Jahrgang 1974 11 Jahre CDU-Bürgerschaftsabgeordneter (2004-2015) Seit 18 Jahren bei der ECE

Wir sind als Unternehmen in ganz Deutschland aktiv und sehen, dass die Hamburger Handelskammer klar zu den leistungsstärksten IHKs zählt. Sie ist professionell aufgestellt, findet Gehör im Senat, kann daher für die Wirtschaft insgesamt etwas bewegen und tut das auch. Ein Beispiel dafür sind die "Business Improvement Districts", die in Hamburg zum ersten Mal in Deutschland gegründet wurden und die den Zustand in vielen Quartieren deutlich verbessert haben. Zudem ist die Handelskammer ein unverzichtbarer Partner für die Ausbildung

junger Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.
Die Branchenverbände alleine könnten
diese Arbeit nicht leisten. Wie

überall gibt es natürlich auch bei der Handelskammer Dinge, die ich nicht gut finde und verändern möchte – auch wenn sich in den letzten Jahren schon vieles getan hat. Aber das ist ein Grund für mich, mich noch mehr in der Kammer zu engagieren – und nicht einer, um die Kammer zu schwächen oder gar abzuschaffen.



In der Hamburger Handelskammer deuten sich Veränderungen an: Einige Mitglieder der Institution möchten ihre Funktionsweise stark umorganisieren. Die Initiative "Die Kammer sind WIR" zielt etwa darauf ab, die zwangsweise Mitgliedschaft in der Handelskammer für Unternehmer abzuschaffen. Die Kammer sei ewiggestrig und aufgebläht, so die Vorwürfe. Gerade das Gehalt des Hauptgeschäftsführers Hans-Jörg Schmidt-Trenz von fast einer halben Million Euro im Jahr sorgte für Empörung. Mittlerweile hat Schmidt-Trenz angekündigt, Ende 2019 von seinem Posten abzutreten, doch die Kritik von Intransparenz und "Selbstbedienungsmentalität" in der Kammer dürfte das nicht zum Schweigen bringen.



### Der Audi Q2 mit quattro<sup>1</sup>.

#lustaufabenteuer: Der neue Audi Q2 mit quattro Antrieb¹ meistert unterwegs auch große Herausforderungen. Ganz gleich, welchen Weg Sie nehmen.

Unser attraktives Angebot für Sie:

z.B. Audi Q2 1.4 TFSI, 6-Gang\*.

Lackierung: Brillantschwarz, MMI Radio plus, Sitzheizung vorn, Einparkhilfe hinten, Bluetooth- Schnittstelle u.v.m.

Leistung: Fahrzeugpreis: inkl. Überführungsund Zulassungskosten 110 kW (150 PS) € 27.575,-

€ 24.900,-

Hauspreis

- <sup>1</sup> Optionale Ausstattung.
- \* Kraftstoffverbrauch l/100 km: innerorts 6,7; außerorts 4,8; kombiniert 5,5; CO<sub>2</sub>-Emissionen g/km: kombiniert 124; Effizienzklasse B Angaben zu den Kraftstoffverbräuchen und CO<sub>2</sub>-Emissionen sowie Effizienzklassen bei Spannbreiten in Abhängigkeit vom verwendeten Reifen-/Rädersatz.

Abgebildete Sonderausstattungen sind im Angebot nicht unbedingt berücksichtigt. Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

#### **Audi Zentrum Hamburg**

Audi Hamburg GmbH Kollaustraße 41-63, 22529 Hamburg Tel.: 0 40 / 5 48 00-0 patrick.helbig@audizentrum-hamburg.de www.audizentrum-hamburg.de

### Wolfgang E. Buss

Jahrgang 1951

#### Gründete 1992 den Magazin Verlag Hamburg, der auch das Alster Magazin herausgibt

Ich bin schon seit fast 30 Jahren "Zwangsmitglied" der Handelskammer und wäre gerne schon vor 30 Jahren ausgetreten! Durfte aber nicht! Mir und meinem Unternehmen hat die Kammer mit ihren verstaubt-morbiden Strukturen nichts gebracht – außer Kosten. Andererseits habe ich nichts gegen eine Handelskammer und Kaufleute, die sich engagieren! Allerdings gegen eine Zwangsmitgliedschaft. Ich habe gerade noch einmal die "Charta der Vereinten Nationen" und deren "Allgemeine Erklärung der Menschenrechte" studiert: im Artikel 20.2 steht deutlich: "Niemand darf gezwungen werden, einer Vereinigung anzugehören". Ich denke, wenn wir Erdogan oder Putin ständig ermahnen, sich an die UN-Menschenrechts-Charta zu halten, sollten es die Kammern auch tun. Also: Eine Kammer gerne, aber strukturiert wie ein moderner Wirtschaftsverband – und nicht wie ein Selbstbedienungsladen! Duale Ausbildung: Super! Aber braucht es dazu einen Hauptgeschäftsführer mit einer halben Millionen Jahresgeld? No way!

#### Thomas M. Schünemann

Jahrgang 1950

Gründete 1979 die HS - Hamburger Software GmbH & Co. KG

Die Kammer ist anerkannter Kritiker, Berater und Impulsgeber für Bürgerschaft und Senat. Das Themenspektrum reicht von der Elbvertiefung bis zur Integration von Geflüchteten in Ausbildung und Arbeit. Der Einfluss ist groß, die Erfolge der Einbringung können aber oft nicht plakativ herausgestellt werden. Das ist ein Manko, weil es Gegnern bei ihren bewusst abfälligen Charakterisierungen in die Hände spielt. Als für die Kammer ehrenamtlich tätige Unternehmer bringen wir unsere Expertise ein, opfern erheblich Freizeit – dafür gibt es kein Geld. Uns treibt die Aussicht als Vertreter der Wirtschaft branchenübergreifende Interessen in wichtige Entscheidungen einzubringen und das große Leistungsspektrum für die Mitglieder so praxisbezogen wie möglich mit zu gestalten. Wer dies gutheißt, sollte mit seiner Stimme bei der Wahl Verantwortung übernehmen und unter den Kandidaten die Befürworter einer weiterhin starken Kammer wählen.



### Birgit Kochen-Schmidt-Eych

Geschäftsführende Gesellschafterin

Alfred Kochen GmbH & Co. KG

Rund 90 Prozent der Firmen hat die Kammerwahl bislang nie gekümmert, die Masse scheint mehr oder weniger zufrieden zu sein mit dem Leistungsspektrum. So eine Firma war ich bis vor drei, vier Jahren auch. Wir haben für uns Passendes in Anspruch genommen und fanden das völlig selbstverständlich. Die Handelskammer soll uns Unternehmern helfen, wenn professioneller Rat und eine kräftige Stimme gegenüber der Stadt zur Vertretung unserer Interessen gefragt sind. Das ist das, wofür wir zahlen. Wir haben seit 2013 ein Transparenz-Portal auf der Website der Kammer, auf dem alle Informationen zu Sitzungen, Entscheidungen, Standpunkten und Zuwendungen hinterlegt sind. Meine Recherchen ergaben, dass dieses im gesamten Jahr 2016 von 160.000 Mitgliedern überhaupt nur 166 Leute genutzt haben. Da wird von der politisch motivierten Wir-Gruppe also eine Scheindebatte geführt, um den Eindruck eines Geheimbunds zu erwecken. Das ist unseriös und blockiert dringliche inhaltliche Arbeit. Um das nicht eskalieren zu lassen, sollten alle Kammer-Befürworter ihr Stimmrecht nutzen.

### Holger Stanislawski

Jahrgang 1969 Ex-Bundesliga-Fußballspieler und -Trainer. Aktuell Geschäftsführer eines Rewe-Markts in Winterhude.

Ich bin sehr frisch dabei, seit ein paar Monaten im Ausschuss für Handel. Deswegen finde ich gut, dass man aus älteren Erfahrungswerten viel herausziehen kann, wo man sich auch zukünftig damit beschäftigen und es auf andere Beine stellen kann. Das, glaube ich, sollte die Handelskammer schon sein, deshalb finde ich es wichtig, dass im Plenum eine große Vielfalt vorhanden ist. Dass frisches Blut hereinkommt, die vielleicht gar nicht diese Erfahrung gemacht haben. Dass Leute darin sind, die sehr lange schon sich mit der Handelskammer beschäftigen, die schon sehr viele Erfahrungen haben. Ich glaube, dieser Mix aus Großunternehmern und aus Kleinstunternehmern und aus mittelständischen Unternehmern, wenn wir das hinbekommen, ist die Handelskammer wertvoll. Dann sind wir auch auf dem richtigen Wege. Ich habe mit der Handelskammer noch keine schlechten Erfahrungen gemacht, aber ich glaube, dass sich gerade aus diesen Gesprächen heraus auch sehr qut etwas entwickeln kann, und das finde ich sehr positiv.



# In guten Händen bei Blaesthetics

S

Susanne Bechtel ist Ärztin und Inhaberin der Praxen B!aesthetics und seit Jahren auf dem Gebiet der medizinischen Aesthetik tätig. In Hamburg residiert die erfolgreiche Schönheitsärztin in bester Lage an der Alster. Dort bietet sie folgende ästhetische Methoden – ohne operative Eingriffe – in edlem Wohlfühlambiente an.

### **HYALURON**SÄURE

Ist ein natürlicher Bestandteil unserer Haut. Volumendefekte im Bereich der **Nasolabialfalte, Lippen und Plisseefalten** werden sofort ausgeglichen. Mit Belotero\*, einer biosynthetisch hergestellten Hyaluronsäure, ist es gelungen, einen Filler zu finden, den der Körper kaum von der körpereigenen Hyaluronsäure unterscheiden kann. Die im Bereich der Falten verringerte Hyaluronsäure wird ersetzt. Die Haut wird merklich glatter und frischer.

### RADIESSE® FACELIFT

Mit den Jahren baut sich das Gesichtsvolumen besonders im **Wangenbereich** ab. Dadurch sinken die Konturen, erschlaffen und die Haut wird faltig. Mit Radiesse° wird das verlorene Volumen wieder hergestellt und die Konturen werden gestrafft. Selbst Nasenkorrekturen und **Handrückenliftings** sind möglich.

### **DIE FETTWEG**SPRITZE

**Doppelkinn, Bauch, Hüftpolster** und weitere Problemzonen können durch gezieltes Injizieren eines Wirkstoffes weggeschmolzen werden. Die Fettzellen werden dann über die Lipolyse im Körper abgebaut. Vier Wochen nach der Behandlung lassen sich häufig schon erste Erfolge messen.



#### Details wie diese Antilopenlampe

sorgen für
heimisches Flair
in den Räumen.
Passend zu Bechtels
Praxis-Motto:
"Luxuriös, aber
gemütlich und sauber,
ohne steril zu wirken!"

### BOTOX & CO.

Mit Bocouture\*, einem Botulinumtoxin, dem »Botox« der Firma Merz, lassen sich Zornes- und Stirnfalten sowie Krähenfüße effektiv behandeln. Die Wirkung tritt nach ca. einer Woche ein und hält, je nach Typus, drei bis vier Monate an. Auch übermäßiges Schwitzen kann effektiv behandelt werden. Hier hält die Wirkung meist bis zu neun Monaten an.



### **ULTHERAPY®**

Straffere Haut und deutliche
Lifting-Effekte sind jetzt ganz ohne
Skalpell möglich – mit Ultherapy\*.
Das revolutionäre HautverjüngungsVerfahren basiert auf mikrofokussierter Ultraschall-Energie. Diese Energie
dringt in die tiefen Gewebeschichten
ein und regt die Haut dazu an, neues
Kollagen zu bilden. So entsteht ein
nachhaltiger Lifting-Effekt, ohne
dass die Hautoberfläche verletzt wird.







In "Ganzkörpereinsatz" sorgt folgende Konstellation für Verwirrung: Die Schauspielkollegen Karen (Julia Koschitz) und Steve (Patrick Heyn) müssen eine möglichst realistische Sexszene drehen, bei der sie auf Wunsch des Regisseurs wirklich miteinander schlafen sollen. Dabei steht Karen auf Frauen! Um Streit mit ihren Partnern zu vermeiden, treffen sie sich vor dem Dreh zu viert zu einem Abendessen, um sich auf gewisse Grenzen zu einigen. Julia Koschitz hat bereits in drei "Tatort"-Produktionen mitgewirkt. Am 16. und 18.1. lief im ZDF der historische Zweiteiler "Das Sacher. In bester Gesellschaft", in dem sie die Verlegerin Martha Aderhold spielte.

### Mit Julia Koschitz im Gespräch

Alster Magazin: Bisher waren Sie noch nicht auf einer Hamburger Bühne zu sehen. In "Ganzkörpereinsatz" geben Sie also Ihr Hamburg-Debüt?

Julia Koschitz: Ja, das ist richtig. Ich habe bisher in Hamburg nur gedreht (zuletzt für "Zweimal lebenslänglich").

Hat Sie die Hamburger Theaterszene schon länger gereizt? Die Hamburger Kammerspiele und ich sind schon länger in Kontakt, weil ich vor etwa acht Jahren schon mal vorgesprochen habe. Es ist aber meistens aus zeitlichen Gründen nie zu einer Zusammenarbeit gekommen. Erst jetzt, für "Ganzkörpereinsatz", hat es geklappt. Es hat mich sowohl inhaltlich, als auch von der Regie und der Besetzung

überzeugt, insofern ist ein alter Wunsch in Erfüllung gegangen. Welche Ecke von Hamburg finden Sie am schönsten?

Ich finde diese Stadt generell unglaublich schön und freue mich, dass ich die Gelegenheit habe, mehr von Hamburg kennenzulernen. Jetzt im Winter kommt es mir z.B. ganz anders vor, bisher war ich immer im Frühsommer hier. Aber ich habe keinen Lieblingsplatz, zumindest noch nicht. Ich finde es wunderbar, um die Alster herum laufen zu gehen, aber ich freu mich schon auf viele neue schöne Orte.

Was ist aus Ihrer Sicht die zentrale Thematik des Stückes?

Ich würde sagen, dass es um die verkorkste, sinnentleerte Welt von Stars und Möchtegern Stars geht, in der sich alles um Selbstdarstellung und öffentliche Aufmerksamkeit dreht. Um ihre Sehnsucht nach Ruhm zu stillen, sind die Figuren Karen und Steve bereit das Intimste, also auch ihr Sexleben, zur Schau zu stellen. Wir wollen diese Problematik aber etwas allgemeingültiger erzählen, auf den medialen Menschen und seine Sucht nach Aufmerksamkeit ausgeweitet.

#### In "Ganzkörpereinsatz" geht es viel um den Arbeitsalltag von Schauspielerinnen und Schauspielern. Macht Ihnen diese Ironie Freude?

Klar! Es ist ein Vergnügen, das, was man selber manchmal auch viel zu ernst nimmt, nämlich sich selbst, auf die Schippe zu nehmen. Und das Stück zielt vor allem auf uns Schauspieler ab. Aber auch wenn wir mit dem Thema Schein und Sein mehr zu tun haben, als viele andere, glaube ich, dass man sich generell in den Figuren und ihrem Drang nach (medialer) Aufmerksamkeit widerspiegeln kann.

Verursacht hat die ganze Problematik in "Ganzkörpereinsatz" ein fiktiver Regisseur, der als "europäisches Arschloch" beschrieben wird. Halten Sie den übertriebenen Anspruch an Realismus für ein europäisches Phänomen?

Ich finde, dass sowohl der amerikanische, als auch der europäische Filmmarkt eine so große Bandbreite zu bieten hat, dass man mit dieser Kategorisierung zu kurz greifen würde. Aber natürlich hat man sofort ein paar konkrete Assoziationen zu europäischen Regisseuren, die einen etwas provokativeren Ansatz hatten.

Gibt es Rollen-Typen, die Sie besonders Reizen? Oder suchen Sie die Herausforderung der Differenz?

Von jeder Rolle wünsche ich mir, dass sie mir eine neue Herausforderung stellt. Insofern geht es mir schon auch um Abwechslung. Ich versuche auf jede Figur neu zuzugehen und sie neu zu erleben und in der Auseinandersetzung mit ihr auch ein bisschen mich selbst besser kennenzulernen. Wolfgang Wagner

"Ganzkörpereinsatz" hat Premiere am 29.1., Vorstellungen bis 12.3. in den Hamburger Kammerspielen, Hartungstraße 9-11. Karten zwischen 10 und 43 € unter www.hamburger-kammerspiele.de.

### handmade masterpieces

### $\begin{matrix} & \text{from} \\ BUDAPEST \end{matrix}$





### **DEMARTI Store**

die original budapester dammtorstr. 25, 20354 hamburg tel.: 040.370 290 01 mail: info@demarti.de

www.demarti.de



Schauspieler Kostja

Ullmann (r.) und

Chefredakteur

Kai Wehl

Kostja Ullmann aus St. Georg ist gerade ein medial extrem gefragterMann,

denn ab Ende Januar ist der 32-jährige

Schauspieler im Kinofilm "Mein Blind Date mit dem Leben" zu sehen. Ein Streifen mit Blockbuster-Qualität, finden wir!

Wenn der Film nämlich so lustig wird, wie der Trailer verspricht, dürfen wir uns ab dem 26. Januar auf ein echtes cineastisches Highlight im Jahr 2017 freuen. "Mein Blind Date mit dem Leben" erzählt die wahre Geschichte des Berliners Saliya Kahawatte. Obwohl in jungen Jahren fast komplett erblindet, versucht er seinen Traum von der Hotellehre zu verwirklichen. Er bewirbt sich, verschweigt dabei einfach sein Handicap. Saliya wird genommen und hat das Glück, dass ihm bei seinen Arbeiten ein Freund hilft. So gelingt ihm tatsächlich die Karriere vom

Lehrling zum Restaurantleiter in einem Luxushotel. Dass das aufgrund des Handicaps nicht immer gut gehen kann, ist klar und das sorgt für viele komische Momente. Die erlebt auf der Kinoleinwand Kostja Ullmann. Für den Schauspieler aus St. Georg eine seiner schönsten Rollen. "Ich habe schon beim Lesen des Drehbuchs gewusst, das wird eine tolle Sache. Ich habe es nach Erhalt sofort verschlungen, zumal ich von der Geschichte gehört hatte. Es gibt ja auch ein Buch von ihm. Das habe ich daraufhin gekauft und ebenfalls verschlungen", sagt der 32-Jährige. Ihn hat vor allem fasziniert, was Menschen zu Leisten im Stande sind, wenn der Wille da ist. "Wirklich beeindruckend, was der Mann geschafft hat." In der Vorbereitung zum Film haben die beiden sich kennengelernt und Saliya hat dem Hamburger erklärt, mit welchen Tricks er seine Ausbildung geschafft hat, etwa wie er fast ohne sehen

zu können einen Tisch korrekt eingedeckt hat. "Wir haben viel Zeit zusammen verbracht. Ich habe ihn mit Fragen gelöchert und konnte beobachten, wie er Dinge macht.

Dabei ist er so trainiert, dass man oft vergisst, dass er das Sehproblem hat." Damit sich Kostja Ullmann besser in seine Figur hineinversezten kann, hat er bei den Vorbereitungen eine Sichtfeldeinschränkende Brille und während der Dreharbeiten teilweise Kontaktlinsen getragen. Das sei eine krasse Erfahrung gewesen, vor allem halbblind mit Saliya durch die Stadt zu laufen. "Einmal sind wir die Lange Reihe runter, auf der ich mich gut auskenne. Saliya nicht, trotzdem ist er einfach straight losgelaufen, als wenn er es jeden Tag täte. Während ich relativ hilflos war und mich voll auf ihn verlassen musste." Zum Beispiel beim Überqueren von Straßen. "Einmal standen wir da und ich wusste nicht, wann wir starten können, hab ja so gut wie nichts gesehen. Und ich wusste nie, biegt das Auto, das ich höre, ab oder nicht. Plötzlich lief Saliya los. Als ich ihn später fragte

wieso, sagte er, ,Neben mir ist einer losgelaufen, dem hab ich vertraut. Saliya geht so viele Risiken ein, das finde ich bemerkenswert." Dieses Erfahren von außergewöhnlichen Situationen liebe er an seinem Beruf, so Ullmann. Für den hat er schon einmal Ähnliches erlebt. In "Die Zeit, die man Leben nennt" (2008) ist Kostja nach einem Unfall auf einen Rollstuhl angewiesen. Auch da ist er mit dem Rollstuhl durch die Stadt gefahren, hat erlebt, wie schwer es Rollstuhlfahrer haben können. Beide Geschichten handeln von Menschen, die für ihr Glück kämpfen mussten. "Es ist toll Figuren zu spielen, die so tief fallen, dass viele Menschen denken, es geht nicht weiter. Und trotzdem finden sie den Mut und die Energie aufzustehen. Das ist ein Wahnsinnsakt. Natürlich ist es für einen Schauspieler besonders spannend, wenn es sich dabei um eine wahre Geschichte handelt."

### Der Weihnachtsspeck

### muss weg

Kennen Sie das auch? Nach der Weihnachtszeit kneift die Hose mal wieder an den falschen Stellen. Die Bodystyler Lymphmassage kann Ihnen dabei helfen, diese kneifenden Fettpölsterchen wieder loszuwerden. Und das auf eine sehr angenehme Weise. Wie geht das? Diese Luftdruckhose massiert in verschiedenen Intervallen Bauch, Beine, Hüfte und Po mit leichten Druckwellen. Der Lymphfluss kann hierbei um ein Vielfaches gesteigert werden. Dadurch soll das Bindegewebe stark mit Blut und Sauerstoff versorgt werden und sogar unterstützend gegen Celluliteerscheinung wirken. Bei zwei Anwendungen pro Woche können sich schon bald positive Ergebnisse wie Gewebestraffung und Umfangreduzie-

rung an Bauch, Beinen und Hüfte einstellen.

Umfangreduzierung, aber an den richtigen Stellen? Dies muss kein Traum bleiben. moderne Methoden sollen weiterhelfen!

**Expertentipp von Stefan Kraul**Geschäftsführer der SMARTSUN GmbH



### Abnehmbremsen

Eine gesunde, kohlenhydratarme Ernährung und Bewegung helfen beim Abnehmen. Leider wird der Darm dabei häufig vergessen. Eine gesunde Darmflora kann das Abnehmen deutlich erschweren. Abnehmbremsen, die bedacht werden müssen, wenn man von lästigen Kilos herunterkommen möchte, sind:

- Schilddrüsenunterfunktion
- Ungesunde Darmflora
- Latenter Stress
- Serotoninmangel
- Nitrosativer Stress
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Schlafmangel
- Muskelmangel

Ob eine Abnehmbremse vorliegt, kann durch verschiedene Untersuchungen bei einem Spezialisten festgestellt werden.

**Expertentipp von Daniel Harbs** 



### Ihre Privatpraxis für Gesundheit und Wohlbefinden

IntenseMed in Harvestehude vereint bewusst verschiedene Fachgebiete von der Allgemein-, Ernährungs- und Sportmedizin bis zu Änti-Aging-Präventivprogrammen. Als einzige Privatpraxis in der Umgebung verfügt IntenseMed außerdem über eine Trainingslounge. Bestimmte Therapien lassen sich so direkt bei uns durchführen, ohne weite Wege zu anderen Einrichtungen.

- ✓ Mehr Zeit für die Patienten
- ✓ Keine Wartezeiten
- ✓ Prävention und Akutmedizin ✓ Kooperation mit Tina Kozok IntensePhysio

Spezial:



### Behandlungsangebote

- Infusionstherapie (Vitamine, Mineralien und Detox)
- Darmdiagnostik (Stuhluntersuchung)
- Nahrungsmittelunverträglichkeitstest
- Stresshormonanalyse im Speichel
- Vitamin- und Mineralprofil im Blut
- Hormonprofil Frau/Mann
- Anti-Aging
- Schwermetallausleitung
- Zelltherapie
- Lipolyse (Fett-weg-Spritze)
- Personal Fitnesstraining

#### ... bei Beschwerden wie:

- Probleme bei der Gewichtsreduktion
- Infektanfälligkeit
- Darmbeschwerden
- Gelenk- und Rückenschmerzen
- verminderte Fitness
- Müdigkeit und Vitalstörungen

... und natürlich auch bei allen anderen allgemeinmedizinischen Beschwerden.

IntenseMed, Böttgerstr. 13, 20148 Hamburg Terminvergabe unter Tel. 450 69 89-0 www.intensemed-hamburg.de



Einziges All-on-4® Kompetenzzentrum in Hamburg



### ZAHNKLINIK ALSTERTAL im AEZ

Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay und Dr. Salehi



Prof. inv.
Dr. (H) Peter Borsay,
geprüfter Experte
der Implantologie
(DGOI)

### **PATIENTENSEMINAR**

### ZAHNIMPLANTATE OHNE SKALPELL ODER BOHRER & FESTE ZÄHNE AN EINEM TAG

Lernen Sie bei unseren kostenfreien Patientenseminaren verschiedene minimalinvasive Implantatlösungen (Laser, Piezo, 3D) oder das innovative Sofortversorgungs-Verfahren "Feste Zähne an einem Tag" (All-on-4°) kennen.

Referent ist Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay, unser Spezialist für Implantologie (DGZI) mit mehr als 25 Jahren Erfahrung aus über 10.000 Implantationen.

Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit Ihre Fragen direkt an den Referenten zu stellen.

### Minimalinvasive Zahnimplantate ohne Skalpell oder Bohrer

### Feste Zähne an einem Tag

#### Die Vorteile für Patienten

- ► Intraoral-Scanner: Abdruck mit einer Kamera, statt Abdruckmasse
- ► weniger Blutungen und Schwellungen
- ▶ bessere Wundheilung
- ▶ keine Nähte, keine Narben
- ▶ keine oder weniger Betäubung notwendig
- ► Implantatbettvorbereitung ohne Bohrer

- ► Versorgung des vollständigen Zahnbogens auf nur 4 Implantaten
- ► Implantate und die Versorgung mit festsitzendem Zahnersatz innerhalb weniger Stunden
- ▶ keine vorübergehende Zahnlosigkeit
- ▶ kein herausnehmbares Provisorium
- ▶ bei Knochenrückgang meist kein zusätzlicher Knochenaufbau

### Unsere nächsten kostenfreien PATIENTENSEMINARE

Die Teilnehmerplätze sind begrenzt.

Melden Sie sich zeitnah telefonisch oder per E-Mail an:

► Dienstag, 24. Jan. 2017, 18.00 Uhr

► Mittwoch, 25. Jan. 2017, 14.00 Uhr

▶ Donnerstag, 26. Jan. 2017, 18.00 Uhr

Telefon: 040 - 602 42 42

0179 / 9340089

info@zahnklinikalstertal.de

Die Osflow-Schwingungsplatt-

form trägt zu einer gesunden

### Durch sanfte Schwingungen ins

# Gleichgewicht

Die von einem Physiotherapeuten und Tai Chi-Lehrer entwickelte Schwingungsplattform OSFLOW bietet verschiedene sehr effektive und angenehme Anwendungsmöglichkeiten: Im Stand werden Gelenke und Wirbelsäule durch die spiraldynamischen Schwingungen zentriert und das Gefühl für die natürliche Mitte und Haltung verbessert. So können Fehlhaltungen abgebaut und Schmerzkreisläufe aktiv durchbrochen werden. Parallel dazu können sich Gleichgewicht, Durchblutung und Stoffwechsel verbessern. Die sitzende Position eignet sich zur

Stimulation des Beckenbodens und die Wadenlagerung zur Unterstützung des venösen und lymphatischen Rückstromes. Im Liegen kann der Anwender in einen tiefen Entspannungszustand gelangen, der zum Abbau von Verspannungen, Stress und Schlafstörungen beiträgt.



Expertentipp von Malte Denz

selbstständiger Physiotherapeut und Osflow-Berater



### **PATIENTENSEMINAR**

- Teilnahme kostenfrei -

### ZAHNIMPLANTATE OHNE SKALPELL & BOHRER

### Montag, 30. Januar 2017 · 18 Uhr im Hotel Park Hyatt

Bugenhagenstr. 8 · 20095 Hamburg

Unser international zertifizierter Spezialist Dr. Burkart M. Zuch MS MS (Master UCLA/USA) informiert Sie an diesem Abend ausführlich über die innovative Neuheit zum Thema

"Implantate ohne Skalpell & Bohrer" und die Weltneuheit des REPLICATE™ Systems -

"Naturidentische 3 D Zahnwurzeln". Im Anschluss steht Ihnen unser Experte für Ihre persönlichen Fragen zur Verfügung.

R. SCHROETER & Dr. B.M. ZUCH MS MS & G. ZARGARAN M.Sc. ZAHNÄSTHETIK I ZAHNIMPLANTATE I ZAHNERHALTUNG

Zahnarzt MS MS (Master UCLA/USA)

Spaldingstraße 74  $\cdot$  20097 Hamburg  $\cdot$  Telefon 040/23 09 83 E-Mail info@praxis-spaldinghof.de  $\cdot$  www.praxis-spaldinghof.de



Um Anmeldung wird gebeten, da die Plätze begrenzt sind. Weitere Termine finden Sie auf

Weitere Termine finden Sie auf unserer Website.

Telefon: 040 / 23 09 83



Mittels hochreiner Luft können die Kraftwerke in den Zellen aktiviert werden.

### Zellen

### entaltern

Das Intervall-Höhenlufttraining wurde ursprünglich für Kampfpiloten, Kosmonauten und Spitzensportler entwickelt. Dabei atmet man über eine Maske hochreine Luft in wechselnder Sauerstoffkonzentration. Dieses simulierte Reizklima der Berge wirkt unmittelbar auf die Energiekraftwerke in den Zellen, die Mitochondrien. Diese sollen dadurch aktiviert und erneuert werden. Die Folge: Eine verbesserte Energieproduktion im gesamten

Stoffwechsel. Das spürt man oft schon nach wenigen Sitzungen u.a. durch Verbesserung von körperlicher/mentaler Leistungsfähigkeit, Regenerationszeiten, Fettverbrennung, Schlafqualität, Hautbild. Ich empfehle eine Kur von zehn bis zwölf Einheiten zweimal wöchentlich. Viele gestresste Manager nutzen die 45-minütige Atempause als kleinen Urlaub zwischen zwei Terminen.



Expertentipp von Dr. rer. nat. Dirk Wagener ZELLKRAFT - Zentrum für Prävention und Gesundheitsmanagement

### ostlow-Präsentation mit Erfinder Jürgen Lütke-Wenning (mit Live-Behandlung)



### HOL DIR DEINEN ENERGIE-BOOST

MIT EINER HÖHENLUFT-ZELLKUR. EINFACH. ENTSPANNT. HOCHEFFEKTIV.



### TESTEN & ERLEBEN

040 / 5071 9898 moin@zell-kraft.de

Zentrum für Prävention und Gesundheitsmanagement Wasserschloss · Dienerreihe 4 · 20457 Hamburg www.zellkraft-hamburg.de

### RAMONA NIESWANDT

HEILPRAKTIKERIN



CRANIO-SACRALE &
VISZERALE OSTEOPATHIE
NATURHEILVERFAHREN

#### **NEU in der Hoheluftchaussee**

- bei Schmerzen im Rücken, Schulter, Nacken- u. Gelenken
- Erschöpfung, Schlafstörungen, Burn-Out
- Unruhezustände, Restless Legs
- · Allergien; Infektanfälligkeit
- Magen-, Darmbeschwerden; Reizdarm
- Nach Unfällen, Operationen u.v.m.

FON 0163 - 729 72 36
MAIL info@cranio-sacral-beruehrt.de





# Mit MeridianSpa fit durchstarten

Abnehmen, gesünder leben, mehr Sport machen – die klassische Liste von Neujahrsvorhaben. Doch was nützen gute Vorsätze, wenn man am Ende nicht durchhält? Dabei gibt es eine **einfache Lösung,** um seine Vorhaben unter einen Hut bzw. unter ein Dach zu bringen: **MeridianSpa!** 

Jetzt heißt es, keine Zeit bei der Umsetzung der guten Vorsätze zu verlieren. Wer noch tatkräftige Unterstützung braucht, ist in einem der fünf Hamburger MeridianSpa genau richtig. Der Premium-Anbieter für Fitness, Wellness und Bodycare hilft dabei, die persönlichen Ziele zu erreichen. Das umfangreiche abwechslungsreiche Fitness-Angebot verheißt mehr Bewegung, der weitläufige Wellness-Bereich und das AMAYÄNA Day Spa versprechen mehr Entspannung und die Experten des MeridianVital stehen in Sachen gesunder Ernährung und erfolgreicher Abnehmprogramme zur Seite.

Angebote & Specials – auch für Nicht-Mitglieder

Im Februar und März heißt es im MeridianSpa: Nur keinen Stress! Verschiedene Workshops und Vorträge bieten beste Voraussetzungen, etwas für sich und das eigene Wohlbefinden zu tun. Ob bei "Progressiver Muskelentspannung" oder beim "Augen-Yoga" – stressgeplagte Zeitgenossen haben an verschiedenen Terminen die Möglichkeit, unterschiedliche Übungen zu erlernen, mit denen sie sich an jedem beliebigen Ort schnell erholen und neue Energie schöpfen können. Nicht-Mitglieder sind mit einer Tageskarte Fitness und Wellness für 40 Euro willkommen.

Wer noch etwas mehr für sein körperliches Wohlgefühl tun möchte, sollte unbedingt die langen Saunatage "Winterzauber" im Januar und Februar besuchen. Jedes der fünf Hamburger MeridianSpa hat sich ein spezielles Programm mit einem besonderen Massage-Angebot einfallen lassen, damit der Winterblues keine Chance mehr hat. Für Tagesgäste ist die Teilnahme mit einer regulären Wellness-Tageskarte möglich.

### Oft probiert, oft nicht geschafft

Diäten durchzuhalten ist schwer. Die neue VELUVIA Detox-Stoffwechselkur bietet eine einfache und natürliche Lösung: Das vierwöchige Abnehmprogramm lässt sich als Komplettpaket spielend leicht in den Alltag integrieren und es wird bewusst auf für Stoffwechselkuren sonst übliche Bausteine verzichtet. Im Januar und Februar erhalten Nicht-Mitglieder bei Erwerb der Kur an der Rezeption in den fünf Hamburger MeridianSpa-Anlagen eine Gratis-1-Monatsmitgliedschaft dazu!

Weitere Infos zur VELUVIA Detox-Stoffwechselkur, zum MeridianSpa-Angebot und den attraktiven Konditionen erhalten Interessierte auf www.meridianspa.de



Ein grüner Smoothie am Morgen vertreibt Heißhunger und Sorgen.

Hier ein Mix aus reifer

Kiwi, Spinat, Zitrone und

Minze.

### Tipps für ein

gesundes Leben

Mehr als die Hälfte der Deutschen ist mit ihrem Körper unzufrieden. Gründe sind eine falsche Ernährung und zu wenig Bewegung. Für innere Zufriedenheit muss nicht gleich Diät gehalten werden. Unsere Tipps bewirken Wunder.



Morgens braucht der Körper viel und gute Energie, etwa durch einen kleinen Schluck Leinöl - ob pur oder im Smoothie. Grüne Smoothies enthalten viele Mineral- und Ballaststoffe, sättigen und nehmen den Heißhunger für mehrere Stunden. Am gesündesten sind frisch gemixte Smoothies. Gekaufte enthalten meist mehr Zucker. Für Anfänger: Im Verhältnis Obst-Gemüse anfangs mehr Obst verwenden. Der Geschmack von grünen Smoothies ist für viele gewöhnungsbedürftig. Momentan besonders im Trend sind Porridge-Variationen. Gemixt mit Beeren, Bananen, Nüssen, Samen oder Kakaonips werden sie nie langweilig und sind durch ihre angenehme Wärme wohltuend.

#### Frische Luft belebt!

Gehen Sie nach der Arbeit ins Freie. Fahren Sie mit den Öffis nach Hause, steigen Sie eine Station vorher aus und gehen den Rest zu

Fuß oder laufen Sie einmal um Block. Das belebt die Sinne, kurbelt das Herz-Kreislauf-System an und macht den Kopf frei. Auch ein Spaziergang in der Mittagspause bringt neue Energie.

#### Bewegung muss sein!

Optimal ist eine Sport-Einheit am Tag. Es geht nicht um die Dauer, sondern darum, den Körper in Schwung zu bringen. Fahren Sie mit dem Rad zur Arbeit oder machen Sie auf einer Sportmatte verschiedene Gymnastikübungen.

#### Zwischendurch nur Tee!

Lassen Sie die Finger von zuckerhaltigen Getränken für zwischendurch. Sparen Sie sich die guten Tropfen lieber auf, um es mit gutem Gewissen zum Mittagessen zu trinken.





**Stundenlang arbeiten wir am Computer**, schauen fern oder spielen an unseren Smartphones: Heutzutage werden unsere **Augen so stark belastet** wie noch nie zuvor.

Das Sehen ist eine der wichtigsten Fähigkeiten des Menschen, schließlich sind die Augen für 80 Prozent unserer Sinneseindrücke verantwortlich. Erst wenn ihre Leistung nachlässt, sie jucken, tränen oder brennen, merken wir, wie wichtig und selbstverständlich das Sehen für uns ist. Dabei können wir schon im Vorfeld einiges dazu beitragen, unser wertvolles Sinnesorgan zu schützen und Augenkrankheiten vorzubeugen. Bereits im Alter von Anfang 20 beginnen die Augen zu altern, wenn auch nur sehr langsam. Der Alterungsprozess wird jedoch durch äußere Faktoren, wie z.B. mangelhaftes Licht und regelmäßige Arbeit an Monitoren verstärkt. Besonders die Strahlung von Monitoren ist schädlich für die Augen: Jeder, der einen Bildschirmarbeitsplatz hat, ist dieser Strahlung täglich ausgesetzt und somit besonders gefährdet. Wenn die Augen anfangen zu schmerzen, ist das ein eindeutiges Alarmsignal! Regelmäßiges Fernsehen oder häufige Aktivitäten am Smartphone oder Tablet haben den gleichen Effekt.

Zudem sind Augen äußerst stressempfindlich. So kann es durchaus vorkommen, dass sich das Augenlicht in Stresssituationen verschlechtert. Zahlreiche Studien belegen, dass wir selbst etwas für die Gesundheit unserer Augen tun können. So kann unsere Sehkraft von einem **gesunden Lebensstil** profitieren. Zum Beispiel schädigt ein alkoholbedingter Nährstoffmangel die Sehkraft. Zwar braucht sich niemand Gedanken zu machen, wenn er ab und an ein Glas Wein oder Bier trinkt. Aller-

dings weisen Studien darauf hin, dass regelmäßiger Alkoholkonsum die Zusammensetzung des Tränenfilms verändert. Bei Alkoholikern ist demnach das Risiko für eine Linsentrübung, z.B. durch grauen Star, stark erhöht. Auch zählt Rauchen zu den Risikofaktoren für Augenkrankheiten. Viele Raucher sorgen sich zwar um ihre Atemwege und die Lunge, allerdings ist den meisten nicht bewusst, dass die Giftstoffe aus den Zigaretten den Sehnerv und die Netzhaut angreifen. Tabakkonsum verengt die Gefäße, vermindert die Durchblutung und lässt die Linse schneller altern. Im Gegensatz zu Nichtrauchern entwickeln Raucher zehnmal früher eine altersbedingte Makuladegeneration, bei der Sehzellen in der Netzhautmitte absterben.

Auch Sonnenlicht zählt zu den Risikofaktoren von Augenkrankheiten. Beim Thema UV-Strahlung denken die meisten lediglich an den Schutz der Haut. Dabei leiden unsere Augen ebenfalls unter intensiver Sonnenbestrahlung – besonders an hellen Sommertagen, an Gewässern und beim Skifahren im Winter. Bis zu 90 Prozent des Lichts wird von Wasser und Schnee reflektiert, so ist vor allem das Risiko für einen Augensonnenbrand, auch Verblitzung genannt, erhöht. Diese schmerzhafte Schädigung der oberen Hornhaut, welche sich durch brennende und tränende Augen äußert, verheilt zwar binnen weniger Tage, wer es aber übertreibt, riskiert chronische Schäden. Mit Tipps zum Erhalt der Sehkraft geht es auf Seite 33 weiter.



### Lästige "Punkte oder Fäden"

im Gesichtsfeld?

Im Laufe des Lebens verändert sich der Glaskörper und löst sich von der Netzhaut ab. Diese Veränderung kann dazu führen, dass Sie Glaskörpertrübungen in Ihrem Blickfeld wahrnehmen. Diese Trübungen nennt man Floater oder Mouches Volantes. Manche Menschen bemerken diese Veränderung nicht, andere wiederum macht es nahezu verrückt. Lästig wird es besonders in einem hellen, sonnigen Umfeld oder beim Lesen.

"Nehmen Sie dieses bitte ernst, denn es kann in seltenen Fällen ein Frühsymptom für eine ernsthafte Erkrankung des Glaskörpers mit Rissbildung und Ablösung der Netzhaut sein", sagt Augenarzt Andreas Otto vom **AOZ Hamburg** am Heegbarg 2.

Nach Klärung, ob es sich um eine Erkrankung oder um Glaskörpertrübungen handelt, kann man beides dementsprechend behandeln. In der Vergangenheit gab es nur die Möglichkeit mit einem operativen Eingriff, der sogenannten Vitrektomie, die Trübungen zu entfernen. Nach dieser Operation kommt es regelmäßig zu einer verfrühten Eintrübung der Augenlinse (Grauer Star).

Heute ist aber eine schonende Behandlung mit einem hochpräzisen Laser möglich. Ein operativer Eingriff entfällt. Man spricht hierbei von der Vitreolyse. Eine risikoreiche Entfernung des Glaskörpers mit nachfolgender Linseneintrübung wird so geschickt umgangen. "Diese schmerzfreie Laser-Behandlung wird ambulant durchge-

Laser-Behandlungen können das Sehvermögen deutlich verbessern, sagt Augenarzt

führt und dauert je nach Fall ca. 15-30 Minuten", erklärt Andreas Otto. "Meist ist das Problem schon nach 1-3 Laser-Sitzungen erledigt." Das AOZ Hamburg ist DINzertifiziert und mit dem Gütesiegel "Augenchirurgie des Berufs-

für eine Arzt-Patienten-Beziehung. Das AOZ bietet auf insgesamt 400 qm Praxis und OP-Bereich die gesamte Palette der Augenheilkunde aus einer Hand.

Mehr Infos unter Tel.: 61 18 26 07 und augenlasern-in-hamburg.de







# Tipps für eine starke



FACHARZT FÜR AUGENHEILKUNDE Mahmoud Saadat

### NEUE PRAXIS-ADRESSEN

PRIVATÄRZTLICHE PRAXIS POPPENBÜTTEL (ab 1/2017) Bilsenkrautweg 27, Tel.: 416 299 77

Diagnostik und Therapie mit modernster Technik

- · Grüner Star (Glaukom)
- Grauer Star (Katarakt)
- Makuladegeneration (AMD)
- Diabetische Retinopathie
- Kindersprechstunde/Sehschule
- Lasertherapie
- Ästhetische Lidchirurgie mit CO2-Laser
- Führerschein-Gutachten

Gesichtsmodelierung mit Botox und Filler

PRAXIS FÜR ALLE KASSEN Hamburger Welle, Landwehr 2, Eingang C Tel.: 200 51 61



### Brillengläser zum Direktpreis

bis zu 70% sparen!



### Spitzenqualität aus der Schweiz

Komfort-Gleitsichtaläser

pro Paar nur 99,-€ statt UVP 318,-€

Premium-Gleitsichtgläser

pro Paar nur 188,-€ statt UVP 496,-€

Super-HD Gleitsichtgläser

pro Paar nur 278,-€

#### 10€ Termin-Bonus sichern!

Tel. 040/36 60 11 oder www.schuett-optik.de/alster Stichwort: "Alster-Magazin", gültig bis zum 28.2.2017 Keine weiteren Abzüge!



Großer Burstah 25 (Nikolai-Quartier) • Mo. - Fr.: 10 - 19 Uhr, Samstag: 10 - 16 Uhr Schütt Optik Hamburg GmbH • Amtsgericht Hamburg HRB 89914 • GF: Kevin Schütt

## Sehkraft

Mit diesen Tricks können Sie Ihre Sehkraft auch his ins hohe Alter unterstützen.

### Sport

Sport beugt nicht nur Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor, sondern fördert die Durchblutung unserer Gefäße und hilft zudem beim Stressabbau. Egal ob Joggen, ein flotter Spaziergang oder Radfahren: der Berufsverband Deutscher Augenärzte empfiehlt eine Stunde Sport täglich.

### <u>Entspannung</u>

### Ernährung

und Grünkohl.

### <del>IIV</del>-Schutz

400-Schutz. Besonders an sonnigen



nur die Braut, sondern auch der Bräutigam im

Mittelpunkt des Geschehens.



2

1. Hochzeitsweste im Paisleydesign in Elfenbein gibt es im Set mit einem Plastron bei Wilvorst. Ca. 170 Euro.

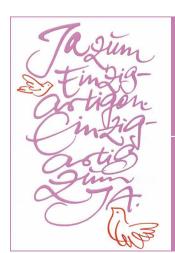
2. Schwarz-brauner Wendegürtel aus glattem Kalbsleder von Ermenegildo Zegna. Ca. 325 Euro. 3. Klassische Lederschuhe in blau sind erhältlich bei Wilvorst, Ca. 170

4. Elfenbeinfarbiges Plastron im Paisleydesign gibt es im Set mit einer Hochzeitsweste bei Wilvorst. Ca. 170 Euro.

5. Eleganter, nachtblauer Anzug für Herren von Brioni ist erhältlich bei Lodenfrey. 3.999 Euro







...mit einem maßgefertigten Hochzeitskleid aus Seide.

Sigrid Fischer Mundsburger Damm 35





### **UMZUG:** ALLES AUS EINER HAND

Umzüge bedeuten wochenlangen Stress und beträchtlichen Aufwand. Schön, wenn einen Großteil davon echte Profis schultern. Solche sind die Mitarbeiter von **Alster Umzüge**. Das Unternehmen bietet alle Dienstleistungen rund ums Umziehen an: Transport, Möbeleinlagerung, Wohnungsauflösung, Altmöbelentsorgung, Reinigung (besenrein oder grundgereinigt). Auch einen kompletten Handwerkerservice bis zur Renovierung der alten Wohnung und die Übergabeformalitäten nehmen die Profis ihren Kunden ab. Selbstverständlich regeln die Fachkräfte für Sie die Ummelde-Formalitäten, und erledigen auch die Behördengänge. Wer selbst Umzugsmaterial benötigt, kann auch direkt im Umzugsshop, Mundsburger Damm 38, vorbeischauen. Dort gibt es eine große Auswahl an Verpackungsmaterial in vielen Größen.

Mehr Informationen gibt es unter **Tel. 040 - 29 12 12** sowie auf **www.alster-umzuege.de!** 

### **MALERMEISTER**

### **MITTRADITION**

1986 gründete Ingo Berndt den Malereibetrieb Ingo Berndt Malermeister in Hamburg-Poppenbüttel. Zu einem richtigen Familienbetrieb wurde das Unternehmen, als Sohn Patrick im Jahr 2009 einstieg und auch seinen Meisterbrief erhielt. Im Jahr 2013 folgte Tochter Ann-Kathrin. Seit dem 1.1.2015 besteht nun die Ingo & Patrick Berndt Malermeister GbR. Der Familienbetrieb führt ein breites Spektrum an Leistungen aus – von Wohnungsrenovierungen und Fassadengestaltung im Innen- und Außenbereich bis hin zu aufwendigen und edlen Malertechniken wie z. B. Marmorimitationen, Spachtel- und Wischtechniken. Auf Grund 30-jähriger Erfahrung verfügt er über gute Kontakte zu weiteren Gewerken wie z. B. Bodenlegern, Fliesenlegern, Tischlern, Elektrikern und Sanitärfachbetrieben. Mehr Informationen unter Tel. 606 29 44 und auf www.ipb-malermeister.de!





Mit den Carpet Design Awards
2017 wurden die weltweit besten
Designerteppiche geehrt. Die höchste
internationale Auszeichnung für moderne
handgefertigte Teppiche wurde bereits
zum zwölften Mal verliehen.

ie weltweit besten Designerteppiche wurden mit den Carpet Design Awards 2017 auf der DOMO-TEX geehrt. Der Preis wurde am 15. Januar in acht Kategorien vergeben. Die Gewinner wurden aus 24 Finalisten ermittelt, die sich zuvor aus insgesamt 386 Bewerbungen aus 21 Ländern durchsetzen konnten. Unter dem Vorsitz der vielfach ausgezeichneten New Yorker Teppich-Designerin Stephanie Odegard hat die internationale Jury Teppiche ausgewählt, die Design, Qualität und Handwerks-kunst in besonderem Maße vereinen. Dabei wurden Design und Designkonzept, Material, Ausführung, Struktur und Qualität sowie Nachhaltigkeit und Markenbildung bewertet. Prämiert wurden in der Kategorie Bestes Design Studiokünstlerteppiche: "Vlisco Recycled" von Simone Post, in der Kategorie Bestes modernes Design Superior: "Super Moon" von Sterling Rugs, in der Kategorie Bestes modernes Design Deluxe: "Summit" von Wool and Silk Rugs, in der Kategorie Bestes klassisches Design: "Vase Green" von Ayka Design, in der Kategorie Bestes klassisch-modernes Design: "Shiraz Sabz" von Hossein Rezvani, in der Kategorie Bestes Flachgewebe-Design: "Scandinavian Flatweave 2" von Rug & Kilim.



www.magazine-fuer-hamburg.de

### KÜCHENKÖNNER AUS HAMBURG





### Spitzenküchen aus der Hansestadt

Die Küche ist der zentrale Ort in jedem Haus. Treffpunkt für die Familie. Platz für gesellige Stunden. Start in den Tag. Die Küche lässt keinen Spielraum für Kompromisse.

Damit kennt sich das Team des HANSA-COMPLET-Küchenstudios aus - seit mehr als 35 Jahren.

### EIN ZUSAMMENSPIEL DER NATURKRÄFTE

Modell NX 950 in Ceramic grafit

#### HANSA-COMPLET-KÜCHEN GMBH

Lübecker Straße 126, 22087 Hamburg, Mo.-Fr. 10-19 Uhr, Sa. 10-17 Uhr, www.hansa-kuechen.de



### Schlosserei - Metallbau

Alufenster & -Türen • Kunststofffenster & -Türen Aluminium-Fassaden • Edelstahlverarbeitung Wintergärten • Geländer • Blechverarbeitung

M.KUMMER feld ff INH. A.HART fiel



Alter Teichweg 67 • 22049 Hamburg • Tel.: 54 57 92 Fax: 54 57 51 • www.ff-metallbau.de • info@ff-metallbau.de



### Nasse Wände? Feuchte Keller?



### Das gute Gefühl, in den besten Händen zu sein.

70.000 erfolgreiche Sanierungen in der ISOTEC-Gruppe. Wir gehen systematisch vor – von der Analyse bis zur Sanierung. Für ein gesundes Wohnklima und die Wertsteigerung Ihrer Immobilie. Rufen Sie uns an. Wir helfen gerne weiter!

**ISOTEC Hamburg GmbH** Tel. 040-41339033 oder www.isotec.de

Mitarbeiter gesucht!

... macht Ihr Haus trocken!



# Tapeten-

Ein schönes Zuhause ist nach wie vor auch eine Frage der Technik. Diese ist weit fortgeschritten und verhilft der Wandbekleidung zu einem unerwarteten Comeback.

islang galt, dass Wände alle fünf Jahre einer Überholung bedürfen. Doch die neuen Tapeten verlocken zu einem schnelleren Wechsel. Der Trend geht weg vom Einheits-Weiß, Raufaser hat ausgedient. Dagegen treibt die Lust an einer individuellen Wohngestaltung mit auffälliger Optik, effektvollen Motivwänden und Akzentfarben wahre Blüten. Expressive Präge-Muster, Glittereffekte, sogar Strick-Wände sind zu haben. Kreatives Design und digitale Technik ermöglichen, täuschend echte Motive an Wände zu zaubern. So sind Steinoptiken gefragt, besonders für Wände in offenen Wohnräumen mit "Loft-Feeling". Naturgetreue Holzoptiken verleihen Räumen Wärme und Gemütlichkeit. "Coole" Akzente setzen dagegen Metallic-Tapeten in Kupfer-, Stahl- und Gold-Optik. "Weil die Originale oft teuer und aufwändig anzubringen sind, gewinnt die Illusion aus Vlies und Papier jetzt die Oberhand", sagt Iris Laduch-Reichelt von der BHW Bausparkasse. "Der Unterschied kann mehrere Tausend Euro ausmachen." Die "Fake"-Tapeten sind so verarbeitet, dass selbst ein geschultes Auge erst auf den zweiten Blick das Original von der Kopie unterscheiden kann. Welche Tapete sich für Ihre Wand eignet und wann es dennoch ratsam ist, auf das Original zurückzugreifen, das klärt am besten ein Gespräch mit einem Experten!





# Wechsel





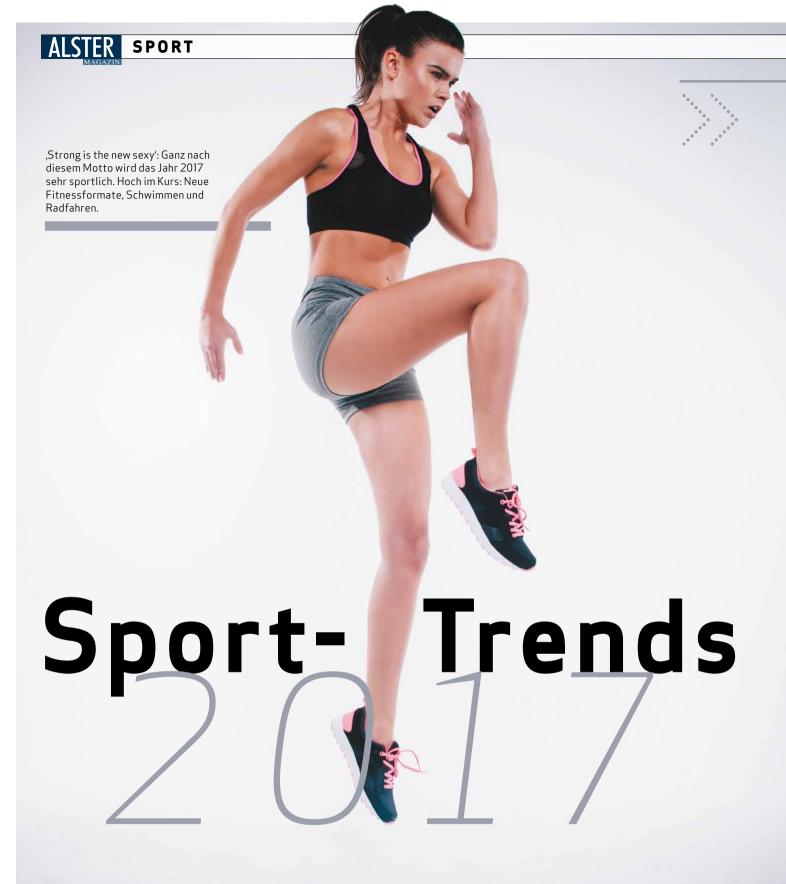






#### DESIGN VEREINT MIT PERFEKTION UND INDIVIDUALITÄT. DAS SIND UNSERE MARKENZEICHEN.

Vereinigte Ofen- und Kaminwerkstätten Hamburg AG Bei der Braaker Mühle · 22145 Hamburg/Braak · (040) 675 95 160 Mo-Fr 10-18h · Sa 10-16h · So (Schautag) 12-17h · info@vok-ag.de · www.vok-ag.de



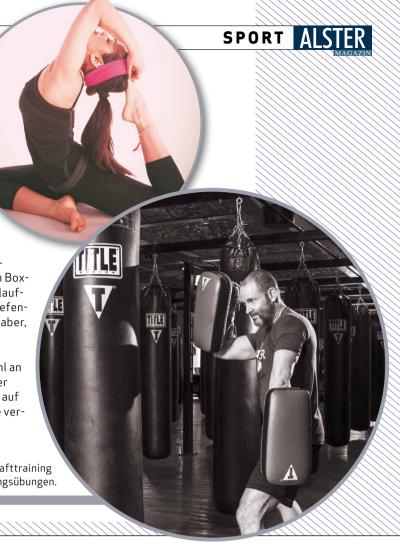
Der **Fitness-Hype** geht weiter und wird immer **visueller**. Neue Kursformate werden angeboten, bestehende modifiziert. Aber auch **klassische Sportarten** erleben ihr Revival, wie etwa Schwimmen oder Radfahren.

Im Fitnesstudio geht es 2017 heiß her. Waren Fitness-Uhren und -Apps der große Trend 2016, wird es 2017 noch virtueller. Immer mehr Fitnessstudios bieten Kursräume mit großflächigen Leinwänden an, auf denen digitale Welten projiziert werden. Zu lauter, teils Live-Musik vom DJ-Pult, schwitzen die Kursteilnehmer im Weltall auf dem Spinning-Rad oder beim Kampf gegen einen Alien am Box-Sack.

Ganz neu am Fitness-Himmel ist das **,Boxing-Yoga'**. Boxing-Yoga vereint schweißtreibendes Krafttraining mit entspannten Yoga-Einheiten. Zwischen den Trainingseinheiten am Box-Sack, wo Koordination, Schnelligkeit, Reaktion und der Muskelaufbau enorm gefördert werden, sorgen die Yoga-Einheiten für Tiefenmuskulatur und Entspannung. Ein Kursformat für Power-Liebhaber, als auch für Fans von ruhigen Kursen - perfekt für Paare.

Der Trend um das **HIIT-Training** hält an. Das liegt wohl an der Effektivität des High-Intensive-Intervall-Training. In kurzer Zeit werden im Zirkeltraining verschiedenste Muskelbereiche auf höchstem Niveau trainiert. Bis zu 1000 kcal können pro Stunde verbrannt werden.

Innovatives Kursformat: Boxing-Yoga vereint Krafttraining mit Tiefenmuskulaturtraining und Entspannungsübungen.









Fortsetzung von Seite 39

## Sport-Trends 2017

Auch der Hype um die **Trampolin-Fitness** hält an. Ähnlich wie beim HIIT-Training verlieren die Kursteilnehmer bis zu 1000 kcal pro Stunde. Besonders Frauen lassen sich vom Gehüpfe zu motivierenden Bässen motivieren.

Das Trampolin-Jumping hat gleich zwei super Nebeneffekte: Der Beckenboden wird fast unmerklich mittrainiert und der Spaßfaktor ist garantiert.

Wie bereits erwähnt wird sich das **Spinning** dieses Jahr zum einen in die virtuelle Richtung weiterentwickeln, zum anderen geht es auf Tauchgang. Auf der internationalen Fitness-Messe Fibo wurden die ersten Aqua-Spinning-Räder vorgestellt.

Außerhalb des Fitness-Studios werden Wassersport**arten** voll im Trend liegen. Das klassische Schwimmen erlebt ein Revival. Besonders Menschen mit Gelenkproblemen erhalten so die Möglichkeit schmerzarm Sport zu treiben. Für die junge Generation wird das Stand-up-Paddling noch einmal richtig interessant: Die SUP-Boards werden immer erschwinglicher - perfekt für die kommende warme Jahreszeit.

## LADYFITNESS PUR IN EPPENDORF

Die Anreize für natürliche Bewegung sowie eine persönliche 1:1-Trainerbetreuung von Frauen für Frauen zählen zu den Grundgedanken von "Sporteve - Pure Lady Fitness".

Pünktlich zum Jahreswechsel ist Sabine Knoche-Lenz mit ihrer eigenen Fitnessclub-Kette gestartet: Aus dem Mrs. Sporty in der Geschwister-Scholl-Straße 6 wurde das Sporteve.

Bei Sporteve geht es nicht um simples Gewichte stemmen, sondern um natürliche Bewegungsabläufe. Der Trainingsschwerpunkt liegt auf dem beliebten Zirkeltraining, bestehend aus Übungen zum Kraftaufbau und zur Konditionsförderung. Neu ist die Ergänzung durch Flexx-Zirkel-Stationen, welche Beweglichkeit und Längenwachstum der Muskeln trainieren. Im Trainingsbereich wird komplett auf Spiegel verzichtet, sodass Frauen ungeniert Sport treiben können und das ganz ohne Hemmschwelle. Im Ernährungsprogramm wird nicht auf Verzicht, sondern auf Ausgewogenheit und Genuss gesetzt. Ein verbessertes Ernährungsprogramm wird durch eine eigene Produktlinie ergänzt: Mit Hilfe eines deutschen Herstellers für Sportler- und Babynahrung hat Sporteve eine eigene Produktlinie an Eiweiß- und Nahrungsergänzungsprodukten erstellen können, die exklusiv in Sporteve Studios angeboten wird. Ab sofort gibt es auch ein Kursprogramm. Ein zusätzliches von den Krankenkassen bis zu 100 Prozent bezuschusstes Präventionsprogramm ist in Planung. Mehr Infos unter www.sporteve.de und Tel. 729 646 35.

Öffnungszeiten: Mo., Mi. + Do.: 8.30-20.30 Uhr Di. + Fr.: 8.30-20 Uhr, Sa.: 9-15 Uhr, So.: 10-12 Uhr



Große BBP Workout **Party** 

Große Bauch-Beine-Po Workout Party mit Sabrina

**Wann/Wo:** Sonntag 29.01.2017 um 18 Uhr im Sporteve Clup Eppendorf. Eine vorherige Anmeldung unter Tel. 729 646 35 oder direkt im Club ist unbedingt



**Tracken und Sharen** von erbrachten sportlichen Leistungen sehr beliebt. Challenges unter Freunden oder auch das Toppen seiner eigenen Bestzeit motiviert und macht Spaß. In dem Sinne: Ran an den Speck!

Auch die Anzahl der **Radfahrer** nimmt zu. Ob für den Arbeitsweg oder einen Gut-Wetter-Ausflug am Wochenende: Mit dem Fahrrad verbringt man viel Zeit an der frischen Luft und in der Sonne und verbrennt gleichzeitig viele Kalorien.



Die professionelle Bewegungsanalyse sollte wie der jährliche Gesundheitscheck beim Arzt fester Bestandteil eines aktiven Menschen sein. Sie hilft, seinen Sport gesünder zu betreiben oder einfach mal den Beschwerden z.B. im Knie, Rücken oder am Fuß auf den Grund zu gehen.

Die Sportwissenschaftler bei **footinMotion**, Eppendorfer Landstraße 12, analysieren videogestützt die Bewegung. Mögliche Beschwerden können lokalisiert oder der aktuellen Trainingsstand kontrolliert werden. Im Rahmen der professionellen Bewegungsanalyse werden bei footinMotion neben der Analyse auch Lösungen aufgezeigt. D.h. man erhält einen umfangreichen Analysebericht und zusätzlich Vorschläge und Anleitungen zu Stretching- und Kräftigungsübungen sowie Tipps zum richtigen Laufschuhkauf.

**Das besondere Angebot bis zum 26.02.2017**: Bewegungsanalyse (gesamter Körper) mit individuellen Maßeinlegesohlen für nur 199 Euro.

Weitere Informationen gibt es unter **Tel.: 040/23 93 52 69** und auf **www.footinmotion.de** 





Der **Winterhuder Christopher Carstensen** ist eines der größten deutschen Golftalente. Im November 2016 wurde der 23-Jährige Profi. In diesem Jahr spielt er auf der ProGolf- und European Challenge Tour. Ziel: die Qualifikation für die European Tour.

Der Mann hat es gut, er lebt gerade seinen Traum, beziehungsweise, er versucht ihn zu verwirklichen: vom Golfsport leben zu können. Seine ersten Schwünge machte Christopher Carstensen, der im Hamburger Norden aufgewachsen ist, mit fünf Jahren. "Schon früh hatte ich den Plan einmal Golfprofi zu werden." Das Talent war da, die Leistungen auch. Die stimmten vor allem 2012. Es war ein erfolgreiches Jahr, das einen Wendepunkt darstellte: "Ich wurde bei den Amateuren Hamburger, Norddeutscher und Österreichischer Meister. Es lief alles wirklich sehr glatt und mein Coach meinte, "wenn du so weitermachst und dich weiterentwickelst, dann könntest du tatsächlich Profi werden". Da war mir klar, dass ich es versuchen und auch schaffen werde", erklärt der Hamburger.

Wie andere junge deutsche Nachwuchstalente auch, entschied sich Christopher für einen Wechsel in die USA, denn dort ist es an einigen Universitäten möglich zu studieren und gleichzeitig im Collegeteam Golf zu spielen. Vor allem auch wegen des Wetters eine perfekte Kombination. Nicht für Christopher: "Ich habe nach

#### **STECKBRIEF**

**Christopher Carstensen**: Alter 23, spielt seit seinem 5. Lebensjahr, Profi seit Nov. 2016, (HCP +3), startete beim G&CC Treudelberg, spielt aktuell für den Hamburger GC, Schläger & Bälle: Titleist (Sponsor seit 2013), größter Erfolg ist der Gewinn der Austrian Amateur Championship 2012 anderthalb Jahren festgestellt, dass ich mich sportlich nicht weiterentwickele. Deswegen bin ich nach Hamburg zu meinem Trainer zurückgekehrt. Wenn es mit dem Golf nicht klappt, kann ich später immer noch studieren, hatte ich entschieden."

Aktuell läuft aber alles nach Plan. Private Sponsoren aus seinem Heimatclub Falkenstein finanzieren die Saison 2017, in der er gleich auf zwei Touren spielen wird. Der ProGolf Tour (die dritthöchste europäische Tour), sie startet für den Hamburger Mitte Februar in Marokko und der EuropeanChallenge Tour – Europas zweithöchste Turnierserie. Für die hat sich der 23-Jährige im vergangenen Jahr qualifiziert. Mit viel Fleiß und Schweiß. "Ich habe in der Vorbereitung 6x die Woche morgens von 8 bis abends um 6 Uhr trainiert. Es hat sich bezahlt gemacht, denn ich habe sofort gemerkt, dass ich mit guten Spielern mithalte, wenn ich ein gewisses Pensum einhalte." Hinzu kamen Trainingsspiele mit Klubkollege Niklas Adank, ebenfalls Jungprofi. "Wir haben um die Löcher gezockt, um auch im Training Druck aufzubauen, den man ja in jedem Turnier verspürt." Druck macht er sich aber auch selbst: "In drei Jahren muss ich fest auf der EuropeanChallenge Tour spielen, sonst ist Schluss." Da gebe es mehr Geld zu verdienen und die Qualifikationschancen für die European Tour seien größer. Denn langfristiges Ziel sind die Top 50 der Welt. Das schätzt Christopher realistisch ein: "Man muss an sich glauben, sonst kann man es auch gleich lassen. Schließlich wurde mir ja auch das entsprechende Potential bestätigt. Wenn ich es konsequent durchziehe und ehrgeizig dahinter stehe, dann wüsste ich nicht, warum es nicht klappen sollte." Kai Wehl





## PROFI-GOLF

Turniere, auf denen die besten Golfer der Welt abschlagen, gibt es in Deutschland nicht so häufig. Umso schöner, dass in diesem Jahr gleich zwei mehr oder weniger nah vor den Toren der Stadt ausgetragen werden.

**WINSTONgolf Senior Open:** Vom 14. bis 16. Juli beherbergt die WINSTONgolf-Anlage in Vorbeck bei Schwerin bereits zum sechsten Mal bekannte Golfgrößen der European Senior Tour. Und das, nach der gelungenen Premiere des vergangenen Jahres, zum zweiten Mal auf dem mehrfach prämierten WINSTONlinks Course. Man darf gespannt sein, ob Bernhard Langer nach seiner Deutschlandstippvisite 2016 dort erneut antritt. Infos: www.winstongolf-senior-open.com.

**Porsche European Open:** Vom 27. bis 30. Juli gibt es auf der Anlage Green Eagle bei Winsen die dritte Auflage der Porsche European Open auf deutschem Boden und das direkt nach den British Open. Zeitpunkt und der neue Standort gefallen dem Turnierdirektor Dominik Senn, der dadurch auf die Verpflichtung namhafter Profis der US-Tour hofft. Das Turnier, Preisgeld 2 Mio. Euro, soll mindestens drei Mal dort ausgetragen werden. Infos: www.europeanopen.com



## **HANSE GOLF-TICKETS**

### **GEWINNEN!**

Schwungvoll in die neue Saison starten, das ermöglicht auch in diesem Jahr wieder die **Hanse Golf** – Norddeutschlands größte Messe dieser Art – vom **17. bis zum 19. Februar**. Und das bereits zum 15. Mal! Drei Tage lang bieten in der Halle A4 der Hamburg Messe über 180 namhafte nationale und internationale Unternehmen des Golfhandels den Besuchern auf rund 8.400 qm ein breites Sortiment an Schlägern, Mode und Zubehör sowie Golfreisen. Viele Schläger können auf einer

großen Indoor Driving Range direkt vor Ort ausprobiert werden. Tipps & Tricks von Pros in der Golf Arena sowie diverse Mitmachaktionen runden das Angebot ab.

Öffnungszeiten: täglich 10 bis 18 Uhr. Eintritt (am Eingang Mitte): 15 / erm. (z.B. Ticket mit Gutschein durch Vorregistrierung) 11 €, Kinder bis 12 J. frei. Weitere Infos und alle Aussteller gibt es unter: www.hansegolf.com.

#### Verlosung

Mit uns können Sie mit etwas Glück **for free zur Golfmesse:** 

wir verlosen 10x2 Tickets. Wer 2 gewinnen möchte, der sendet eine E-Mail mit dem Stichwort Golf an k.wehl@alster-net.de. Einsendeschluss: 10 2







Im Januar feiert der Audi Q5\* seinen Verkaufsstart. 1,6 Millionen verkaufte Modelle machen ihn weltweit zum erfolgreichen Mittelklasse-SUV der Premiumklasse. Dessen zweite Generation wird ab dem 20. Januar am **Auto Wichert**-Standort im Audi terminal Langenhorn präsentiert. "Ob bei der Connectivity, bei der Effizienz oder bei den Fahrerassistenzsystemen – der neue Audi Q5 setzt ein weiteres Mal Maßstäbe in seinem Segment", sagt Bernd Glathe, Geschäftsführer Auto Wichert GmbH. "Zu den großen Innovationen gehören der quattro-Antrieb mit ultra-Technologie, die hocheffizienten Motoren, die Luftfederung mit Dämpferregelung sowie das umfassende Angebot beim Infotainment und den Assistenzsystemen".

Der neue SUV von Audi steht sportlich-straff auf der Straße. Ein plastisch ausgeformter Singleframe-Grill mit massivem Rahmen dominiert seine aerodynamisch flache Front. Die Scheinwerfer sind auf Wunsch als LED oder in der hochauflösenden Matrix LEDTechnologie mit dynamischem Blinklicht erhältlich. Der neue Audi Q5 fährt in einem neu errichteten Werk in Mexiko vom Band. Der Grundpreis zu Verkaufsstart beträgt 45.100 Euro für den Q5 2.0 TDI 120 kW quattro S tronic. Mehr Infos

unter www.auto-wichert.de

\* Audi Q5 Kraftstoffverbrauch kombiniert in I/100 km: 8,2 - 4,9; CO2-Emission kombiniert in g/km: 187 - 129; Angaben zu Kraftstoffverbräuchen und CO2-Emissionen bei Spannbreiten in Abhängigkeit vom Reifen-/Rädersatz sowie Motor-/Getriebeva-

### Da kann man nichts falsch machen. Garantiert.

Die Jungen Gebrauchten von Volkswagen.





#### Golf ALLSTAR 1.6 TDI, 81 kW (110 PS), DSG

EZ 04/2016, 12.610 km, urspr. UVP des Herstellers 31.200,00 €.

Ausstattung: Carbon Steel Grey Metallic, 4 Leichtmetallräder "Linas" 6,5 J x 16 in Schwarz, Umfeldbeleuchtung, Beifahrerspiegelabsenkung, Memory Multifunktionsanzeige "Premium", "Climatronic", Geschwindigkeitsregelanlage, Multifunktions-Lederlenkrad, Vordersitze beheizbar, Panorama-Ausstell-/Schiebedach elektrisch, ParkPilot u. v. m.

Das Finanzierungsbeispiel basiert auf einer jährlichen Fahrleistung von 10.000 km.

 Fahrzeugpreis:
 22.480,00 €

 Anzahlung:
 4.480,00 €

 Nettodarlehensbetrag:
 18.000,00 €

 Sollzinssatz (gebunden) p. a.:
 2,95 %

Effektiver Jahreszins: 2,99 %
Laufzeit: 48 Monate
Schlussrate: 10.634,92 €
Gesamtbetrag: 19.706,92 €

48 mtl. Finanzierungsraten à 189,00 €²

<sup>1</sup> Garantie bis zum 5. Fahrzeugjahr, abhängig von Modell und Laufleistung, für ausgewählte Junge Gebrauchte aus dem Bestand der Marke Volkswagen Pkw möglich. Die Einzelheiten zur Garantie des beworbenen Fahrzeuges erfragen Sie bitte bei uns. <sup>2</sup> Beispiel für einen Jungen Gebrauchten aus dem Bestand der Marke Volkswagen Pkw. Ein Angebot der Volkswagen Bank GmbH, Gifhorner Str. 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für die Finanzierung nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Für Laufzeiten von 12 bis 48 Monaten. Bonität vorausgesetzt. Angebot gilt bis zum 30.06.2017 für ausgewählte Fahrzeuge aus dem Bestand der Marke Volkswagen Pkw. Dieses und vergleichbare Fahrzeuge sind nur in begrenzter Stückzahl verfügbar. Nähere Informationen unter www.volkswagen.de oder bei uns. Abbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.





#### **Auto Wichert GmbH**

Stockflethweg 30, 22417 Hamburg, 040/527227-330 Wendenstraße 150-160, 20537 Hamburg, 040/2501000 Bornkampsweg 4, 22761 Hamburg, 040/89691-111

www.auto-wichert.de, markus.bauer@auto-wichert.de

#### MPRESSUM

#### Verlagszentrale:

040 / 538 9 30-0 Mo.- Fr.: 9.00 bis 17.00 Uhr

#### Buchhaltung:

040 / 538 9 30-13 Mo.- Do.: 8.00 bis 12.00 Uhr

#### Redaktion:

040 / 538 9 30-46 Mo.- Fr.: 9.00 bis 16.00 Uhr

#### Verteilung/Vertrieb 040/5383452

F-Mail:

redaktion@alster-net.de anzeigen@alster-net.de

#### Internet:

www.magazine-fuerhamburg.de

Fax: 040/53893011

in ausgewählten Unternehmen für Sie bereit.

### ANZEIGEN-VERMARKTUNG: Meyerrose, Schwerpunkt Direktwahl: Sasel, Tel. 538 930-52;

Fragen Sie unser Beratungsteam auch nach den herausragenden Titeln:

#### ALSTER MAGAZIN, ALSTER-TAL MAGAZIN, HAMBURG WOMAN, DR.ALSTER, HOME & LIFE, AEZ-INSIDE.

Gabriele Bergerhausen (Poppenbüttel), Tel. 538 930-55; Jutta Brandes (AEZ), Tel. 538 930-50; Gabriele Gödicke (Eppendorf), Tel. 538 930-53; Birgit Grams (Hamburg) 538 930-49; Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538 930-0; Mia Heubel (Hamburg), Tel. 538 938-71; Annegret Linke (Winterhude), Tel. 538 930-67; Sabine Merbach (AEZ), Tel. 538 930-17; Sabine Meyerrose, Schwerpunkt Sasel, Tel. 538 930-52; Simone Niklaus (Wellingsbüttel, Duvenstedt, Lemsahl-Mellingstedt), Tel. 538 930-14; Barbara Passarge (Dr. Alster, Home & Life) Tel. 536 5365; Andreas Rohloff (Schwerpunkt Autohäuser), Tel. 538 930-51; Barbara Suhr (Makler/Immobilienwirtschaft), Tel. 538 930-54; Boris Scheffler, Tel. 538 930-18; Helmuth Wegner (Reise + Tourismus), Tel. 538 930-12



Verlagsanschrift: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg; Herausgeber/Verleger: Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.) Chefredakteur: Kai Wehl | Stellv. Chefredakteur: Christian Luscher | Redaktion: Valeska Fuhlenbrok, Lena Schäfer, Wolfgang Wagner | Produktion/Anz.-Disponentin: Carmen Garrot, Birgit Schümann | Buchhaltung: Carmen Garrot | Chefgrafiker: René Kriese | Grafik: Annabell Dschenfzig, Juliane Duzcmal, Susanne Kaps, David Nagel, Luka Plepp Titelgestaltung: René Kriese | EDV- und DTP-Beratung: IT-Service Thilo Noack | Druck: Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel | Vertrieb: Sandra Schmelter-Haun, Magazin Verlag Hamburg. Eigenvertrieb, e 2017 Magazin Verlag Hamburg.

Das Alster-Magazin wird kostenlos an ausgewählte Haushalte verteilt und liegt zusätzlich

## Sylt: Winterschnäppchen bis 15.3.17

#### Westerland und Wenningstedt

Appartement-Brünig, Inh. Bärbel Lundershausen

Tel.: 0 46 51/ 58 58 • www.appartement-bruenig.de • Fax: 0 46 51/ 58 59

Suche Schallplatten aus den Bereichen Jazz, Beat, Rock und Soul der 60erund 70er-Jahre. Tel.: 695 46 76 Echte Plauener Spitzendecke rund Ø 130 cm; cremefarben. originalverpackt 190€ Tel.: 609 54 95

Garagenflohmarkt. Sonntag, 5.2.2017, 10-16 Uhr Designerkleidung mit Trödel. Heubergredder 37, Hamburg-Alsterdorf, Nähe U-Bahn Alsterdorf, Hinterhof

Große Auswahl für Baby und Kleinkind. Ladengeschäft: Mittelstr. 62, 22851 Norderstedt, Parkplatz Glashütter Markt, Tel.: 60 92 91 36 oder www.babyton.de

Ihre Kleinanzeigen können Sie uns auch per E-Mail schicken: c.luscher@alster-net.de Hinweis: Da wir private Kleinanzeigen als kostenlosen Service anbieten, können aufgrund der Vielzahl der Eingänge leider nicht alle Anzeigen berücksichtigt werden.

Das **nächste Alster-Magazin** erscheint am **10. Februar 2017** 



## Kurz Profile

# AZUBIS WILLKOMMEN!



Poppenbüttel. Dort werden regelmäßig Auszubildende an den Beruf der Pflegekraft herangeführt. Wir sprachen über diese Ausbildung mit dem Ausbildungsleiter Klaus Grimberger.

## Alstertal Magazin: Warum entscheiden sich junge Leute für eine Ausbildung zur Pflegekraft?

Klaus Grimberger: Einige junge Leute hatten über die Pflegebedürftigkeit der Großeltern erste Berührungspunkte mit der Pflege, andere wollten auf jeden Fall eine Ausbildung im sozialen Bereich machen. Auch die relative Arbeitsplatzsicherheit angesichts der Alterspyramide ist für junge Menschen ein Argument.

## Was gibt den Ausschlag für eine Ausbildung im "Gast- und Krankenhaus"?

Das Gast- und Krankenhaus profitiert seit vielen Jahren von seinem guten Ruf und seiner immer noch familiären Atmosphäre. In unseren hellen, neuen Räumen bieten wir den 170 Bewohnern individuelle Betreuung. In persönlichen Gesprächen können wir viele Bewerber von unserem Ausbildungsangebot überzeugen.

**Wie viel verdient ein Auszubildender im Gast- und Krankenhaus?** Die Ausbildungsvergütung richtet sich nach dem Kirchentarifvertrag und liegt in einer Spanne von 963 bis 1.147 Euro im Monat.

#### Können Sie uns kurz den Ausbildungsgang beschreiben?

Die Ausbildung dauert im Regelfall drei Jahre in Theorie und Praxis. Voraussetzung ist ein mittlerer Bildungsabschluss.

## Wie viele Auszubildende nimmt das Gast- und Krankenhaus in jedem Jahr an? Wie sehen Sie die weiteren Berufschancen?

Unser Ziel ist es, jedes Jahr vier Auszubildende zu gewinnen. Die Berufschancen in der Altenpflege sind insgesamt sehr gut. Allein unser Eigenbedarf führt dazu, fast allen Schülern nach erfolgreichem Abschluss einen Arbeitsplatz anzubieten zu können. Während der Ausbildung ist der gleichzeitige Erwerb der Fachhochschulreife möglich.



## **PURER GENUSS**

"Tee ist mein Spezialgebiet", erklärt Bianca C. Völlmerk lächelnd, die im Poelchaukamp 19 am 1. Dezember des vergangenen Jahres ihren Laden "GenussReich" um die kleinen gerollten Blättchen herum eröffnet hat. "Der Name ist Programm, ich habe ein kleines Reich der Genüsse geschaffen. Mit ausgesuchten Produkten zum Trinken und Essen sowie hochwertige Wohnaccessoires und Accessoires wie Ledertaschen", so die Inhaberin. Highlights sind biologisch hergestellte Schafmilch-Seifen und Schokoladen der Manufaktur Florex aus Österreich, Trüffelpralinen aus Italien, ausgesuchte Weine, beste Olivenöle, feine Liköre und natürlich Tee vom Hamburger Traditionsunternehmen Dethlefsen & Balk. Mehr Informationen unter Tel. 23 999 610



genussreich-hamburg.com



## WINTER-**Premiere**

Der "Hüttenzauber" der Hugo Pfohe Gruppe sorgt nicht nur mit Kaiserschmarrn, Jagertee und Brotzeit für winterlich-alpine Stimmung in der norddeutschen Tiefebene – er bietet auch den Rahmen für die Vorstellung des neuen Ford Kuga! Schon einen Monat vor der offiziellen Vorstellung steht der überarbeitete SUV am 21. Januar von 10-16 Uhr an sieben norddeutschen Hugo Pfohe Standorten im Mittelpunkt, darunter auch in Hamburg-Fuhlsbüttel, Wandsbek und Norderstedt. So kann man die Vorzüge des Neuen in zünftiger Atmosphäre bestaunen!



## Das BESTE vereint

"Die besten Schuhe der Welt" lauten Motto und Anspruch des Schuhgeschäftes DEMARTI in der City.

"So etwas klingt auf den ersten Blick immer etwas komisch und vermessen, denn es gibt auch andere gute Anbieter von Schuhen. Aber unser Konzept ist wirklich einzigartig. Es ermöglicht ein perfektes Produkt: Wir verwenden die hochwertigsten Materialien der weltweit besten Hersteller und lassen sie in Budapest von einer der besten Manufakturen der Welt – Buday-Shoes – zu einem Schuh nach unseren oder den Wünschen der Kunden vereinen", erklärt Geschäftsführer Gabriel A. Zsold, der einer ungarischen Schuhmacher Dynastie entstammt. So nimmt **DEMARTI** in der Dammtorstr. 25, für seine rund 40 Modelle beispielsweise Oberleder von Perlinger aus Deutschland und Pferdeleder von Horween aus den USA. Das Sohlenleder liefert die Firma Joh. Rendenbach jr. und das extrem abriebfeste Absatzgummi stammt von

Vibram, die für professionelle Bergsteigerstiefel stehen. Dazu kommen Specials wie etwa ein perfekt eingearbeiteter Spitzwas. Eine kleine, austauschbare Metallkappe unter der Fußspitze, die die Abnutzung verhindert. Ebenfalls ziemlich einzigartig erhältlich: ein zum Schuh perfekt passender Gürtel, welcher aus dem gleichen Stück Leder hergestellt wird. Zusätzlich gibt es auch ein entsprechendes DEMARTI-Damenschuhprogramm aus Budapest. Aktuell führt DEMARTI Damenschuhe der italienischen Edelmarke LORIBLU – vom Highheel über Pumps bis hin zum Lederboot. "Wir haben lange gesucht, bis wir eine Manufaktur gefunden haben, die unseren Qualitätsansprüchen gerecht wurde. "Jedes Paar Schuhe hat seine Geschichte", sagt Inhaberin Irina Franz. Mehr Infos: **Tel. 370 290 01** und **www.demarti.de** 





Perfekte
Abstimmung: Zu
jedem Schuh gibt
es den passenden
Gürtel – aus dem
gleichen Stück
Leder! Alle
Damenschuhe
sowie stylische
Handtaschen
stammen von
der italienischen
Edelmarke
LORIBLU.

## Hier finden Sie über 1000 ALSTER-MAGAZIN

# sharepoints!

Bei diesen freundlichen Partnern erhalten Sie das ALSTER-MAGAZIN. Dort stehen die Hefte teils in schicken Displays in ausreichender Menge zum Mitnehmen, falls Sie das Magazin nicht schon in Ihrem Briefkasten über unsere Haushaltsverteilung gefunden haben.

Und damit Sie alle Sharepoints sofort finden, haben wir sie nach Straßen sortiert. Suchen Sie genau dort, wo Sie wohnen oder arbeiten! Toll! In weiteren 1.200 Geschäften rund um die Alster gibt es auch das Alster-Magazin in kleinerer Stückzahl.

ABC-Straße Nr.44 Shalimar. The Indian Restaurant: Nr. 46 im ABC -Forum , Ageless Beauty , Anti Aging

Skin Care; Alsterchaussee Nr. 3 Kunsthaus an der Alster; Alsterdorfer Markt Nr.6 Tabak-Börse, Zeitschriften etc.; Nr.8 Apotheke am Alsterdorfer Markt, etc.: Nr.8 Apotheke am Alsterdorfer Markt, Homőopathie,Kosmetik; Nr.8 Edeka aktiv Markt, Lebensmittel; Nr.10 alster- arbeitgGmbH, Second Hand Shop; Nr.10 flore pleno, Floristik und Wohnambiente; Nr.10 Selami's Dönerhaus, Döner Imbiss; Nr.12 infostudio; Nr.14 Kesselhaus, Restaurant; Nr.18 Eiscafé II Gelato, Eisdiele; Nr.7 alsterspectrum; Alsterdorfer Straßa Nr.2 Kleiderbard Wintschuld;

Restaurant; Nr.18 Eiscafé il Gelato, Eisdiele; Nr.7 alsterspectrum; Alsterdorfer Straße Nr.2 Kleiderbad Winterhude, Reinigung; Nr.2 VIA ROMA ital. Damenschuhe; Nr.6 First Class Clean Textilpflege; Nr. 8 Linda Beauty Salon Nr.10 Salatperle, Imbiss; Nr.20 Sportsbar, Wirtschaft; Nr.30 Th.Kümper, Uhren; Nr. 44 Arabella, Restaurant; Nr.48 Cafe Galao, Portugiesische Spezialitäten; Nr.48 Kirat, Asia Imbiss; Nr.50 Eetten-Remstedt, Bettenfachgeschäft; Nr.70 Peter Warnecke, Sanitärtechnik; Nr.76 ARIN, Mode-Design; Nr.84 a Reimers & Weber hairstyle; Nr.84 a Cafe MAY; Nr.90 Back-Shop, Steh-Cafe; Nr.90 Alster-Grill-Eck; Nr.254 Zoo-Markt Alsterdorf; Nr.258 a little fun, Kinderspielzeug; Nr.260 Perfect Nails, Nageldesign; Nr.274 Alexandros; Nr.286 SEHKRAFT Optik in Alsterdorf, Optike; Nr.288 Roxie, Restaurant/Café; Nr.290 Asian Imbiss Seoul, Asia-Imbiss; Nr.295 Konditorei Fastert, Konditorei; Nr.7 Wein-Michel, Wirtschaft; Nr.7 Schanzen-Bäckerei; Nr.9 Bode, Hörakustik; Nr.13 Cuisinette, Delikatessen; Nr.13 Stuhn, Euronics; Nr.35 Today, Restaurant; Nr.35 Alsterdorfer Fruchthaus; Nr.35 Slende 11, Foto etc.; Nr.37 Russell's, Cafe Bar; Nr.41 H. Wolf, Alles vom Lande; Nr.61 Bäckerei Boldt; Nr.61 H. Lüschen, Obst+Gemüse; Nr.65 a Köngskinder, Friseu; Nr.69 a Königskinder, Friseu; Nr.69 a Super Blume; Nr. Boldt; Nr.61 H. Lüschen, Obst+Gemüse; Nr.69 a Königskinder, Friseur; Nr.69a Super Blume; Nr. 79 Second Style; Nr.79 Croquerie; Nr.85 Echt Asien, Sushi Restaurant; Nr.99 S. Ibis- Kiosk; Nr.103 Mass-Schneiderei; Nr.253 Alsterdorfer Hosenmatz, Kinderladen Second Hand; Nr.263 Friseursalon Mojjan, Friseur; Nr.271 Sprungfeder, Raumaustattung; Nr.277 Änderungssofortdienst, Änderungsschneiderei; Nr.281 a Blumen Exotica, Blumen; Nr.283 Inger Moden, Mode; Alstertor Nr.18 Zahanzstpraysis Katarina Bellgart Am Dalmannkai Nr.6 Nissis Kunstkantine, Galerie und Restaurant; Nr. 6 Aynur Ayhan; Nr.8 Atelier Abele;

Abele; **An der Alster** Nr. 72-79 Energy Clinic, Hotel Atlantic;

Alsterufer Nr.1 Bornhold .. Die Einrichter": Nr. 1-6 Schanzen Bäckerei;

Ballindamm Nr. 25 Trachtendiele GmbH: Nr. 40 Die

Ballindamm Nr.25 Trachtendiele GmbH; Nr.40 Die Ballkönigin, Abendmode & Schneiderei; Nr. 40 Touch Jewelry, Schmuck; Ballindamm Europapassage Nr.40 funke-ticket, Ticket Shop; Kult, L'Italiana Gelateria, Eispalast GmbH; TE Hamburg, Textilhandels GmbH; Kodak Express; Elkline GmbH, Mode; E-Plus Retail; Ticket Shop; Kut; L'Italiana Gelateria, Eispalst GmbH; Fodak Express; Elkline GmbH, Mode; E-Plus Retail; Leonidas Fresh Belgian Chocolates GmbH; Stofftiergarten; Udo Lindenberg & More, Watentowski Galerien; Wiener Kaffeehaus Julius Mein; Se7en Oceans Hamburg; Vodafon; Steiff Kids Fashion & more GmbH; Levi's Store; Harley Davidson Fashion Hamburg; Wolafon; Steiff Kids Fashion & more GmbH; Levi's Store; Harley Davidson Fashion Hamburg; Weinecke 's Barbershop; Yin & Yang, Restaurant & Bar; Barmbeker Straße Nr.38, Dat Backhus; Nr.148 Orāx-Tinter, Drucker-Toner; Nr.148 Artefakt, Schuhe; Nr.150 Arizona, Steakhouse; Nr.152 C&M, Friseure; Nr.158 Budenhagen, Euronics; Nr.5 rooster cafe mit schwung; Nr.45 Haspa; Nr.47 Arno Sierck, Lotto-Toto-Oddset; Nr.55 Goldbek Apotheke; Nr.153 REBIKE, Schnell Reparatur Service; Nr.153 Tauchen-Hamburg, Taucherartikel; Nr.165 Dialog, Restaurant; Nr.167 Jay Tis, Steakhouse; Nr.169 Froindlichst, Restaurant; Nr.17 Kaffee mit Geschmack; Nr.177 Schuh/Schlüsseldienst; Nr.179 Bravo, Reinigung; Nr.181 Wein-Gesing, Weine; Nr.181 Bauelemente Galerie; Nr.187 modern nails; Nr.189 Die Lakritzerie; Beethovenstr. Nr. 30, Ergo Versicherungen Bleichenhof Passage Kryolan City Hamburg, Professional Make-up; Cafe Ole, Bar u. Restaurant; Shoes, Schuhe aus Ungarn u. Italien; Borgweg Nr.5 Picobello, Reinigung – Schneiderei; Nr.7 Podologie Praxis Rimkus; Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrabi; Nr.11 a Nur Hier; Borgweg Nr.5 Picobello, Reinigung – Schneiderei; Nr.7 Podologie Praxis Rimkus; Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrabi; Nr.11 a Nur Hier; Borgweg Nr.5 Picobello, Reinigung – Schneiderei; Nr.7 Podologie Praxis Rimkus; Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrabi; Nr.11 a Nur Hier; Borgweg Nr.5 Picobello, Reinigung – Schneiderei; Nr.7 Podologie Praxis Rimkus; Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrabi; Nr.11 a Nur Hier; Brandsende Nr.7 Biffar; Calilienstraße Nr.7 Biffarierg, Restaurant; Cödilienstraße Nr.7 Biffarierg, Restaurant; Nr.96 Sabine Wiedenhaus, Mode; Nr.108 Papier u. Feder; Nr.54 Schewel, Modeatelier; Nr.54 Ha

Nr.54 Schewel, Modeatelier; Nr.54 Haar Pur, Friseur Nr.54 La Figlia, Ital. Restaurants, Nr.54 Ristorante Caruso; Nr.78 Gemeinschaftspraxis Wolf, Thiel, Zahnärzte; Nr.102 Haspa; Nr.108 Rothaus, Möbel; Nr.112 Schanzen-Bäckerei, Bäckerei; Nr.116 Rewe Stanislawski & Laas GmbH & Co.0HG Nr.116 Gaya, Feinkost; Nr.116 Stadtbäckerei, Bäckerei; Nr.116 Schumacher, Nr.128 Blumen; Nr.132 DerMaßschuh, Schuhe; Nr.134 BHB, Hockey; Nr.136 Änderungs-

Dienst; Nr.138 Zeitschriften; Nr.138 Tabak-Lotto, Sh. Pourkazemi; Nr.140 Call a Pizza, Restaurant; Sh. Pourkazemi; Nr.140 Call a Pizza, Restaurant; Nr.144 misaki Sushi Restaurant; Nr.174 Charade, Bistro; Nr.176 Schönes & Nützliches; Nr.176 Udsloopen, Cafe Nr.182 II. Gelato, Eiscafe; Nr.182 a La Strada, Restaurant; Nr.184 ann idstein, Deko; Nr.184 Herzkammer, Schencken+Wohnen; Nr.184 Herzkammer, Schencken+Wohnen;

Gustaupen, Cate Ni. 102 it. Getetty, Eischer, Nr. 184

an istrada, Restaurant; Nr. 184 ann istetein,
Deko; Nr. 184 Herzkammer, Schencken-Wohnen;
Nr. 184 Nur Hier, Bäckerei; Nr. 184 ann ithrethuder
Kindersalon, Kindermode; Nr. 188 Fromage
Francaise; Nr. 107 Wohnwerte Hamburg Immobilien
Käse; Nr. 188 envy fashion; Nr. 188 Ky Lam, Asia
Restaurant; Nr. 190 Dorotheen Eck, Restaurant;
Nr. 190 Thasos, Grill Imbiss; Nr. 35 Restaurant;
Nr. 190 Thasos, Grill Imbiss; Nr. 35 Restaurant;
Nr. 190 Thasos, Grill Imbiss; Nr. 35 Restaurant
La Bruchetta, Restaurant; Nr. 57 Block House,
Restaurant, Nr. 95 Reitenbach, hair and makeup; Nr. 97 a Trattoria Rosati, Restaurant; Nr. 99
Frozen-Yoghurt Welt; Nr. 103 dia, Wellness; Nr. 121
St. Johannis Apotheke; Nr. 159 Babette Becher,
Floristik; Nr. 161 Ihre Reinigung;
EKX Nedderfeld Star Car, Autovermietung;
EKX Nedderfeld, Restaurant; 1. Etage; Eyesprinzen,
Brillen 1. Etage; Klinck, Friseur; 1. Etage; Nailys;
1. Etage; Sonnenklar TV Partner, Reisewelt
Hamburg; 1. Etage; Sparda Bank; 1. Etage; New Nails,
Nagelstudio; 1. Etage; Gliver Grey, Schuhe;
Eppendorfer Baum Nr. 4 Früchte Gleitzmann,
Feine Früchte – Feines Gemüse; Nr. 6 Marc,
O Polo, Mode; Nr. 81 Classico Women, Mode; Nr. 12
Meister Parfumerie seit 1888; Nr. 14 Meissler &
Colmmobilien; Nr. 16 P. Eisenherz, Kindermode;
Nr. 16 Labels for Less, Mode; Nr. 18 Lühr Optik,
Nr. 18 Struve Lederwaren & Gepäck; Nr. 12 engelke,
Pasta-Olio-Vino; Nr. 22 Maral, Restaurant & Cafe;
Nr. 22 von Allwörden, Backwaren; Nr. 24 World
Coffee, Restaurant; Nr. 24 Oz Partner Shop, Nr. 32
RiekhofGalerie, Parfümerie Eppendorf; Nr. 32
Lejaby Palmers Rosurel, Wäsche; Nr. 34 Poterbe Gaues; Nr. 34
mobilejokerée, Nr. 34 Catvalk Hamburg; Nr. 38
Speicherstadt Kaffeerösterei; Nr. 42 Paulina mobilejoker.de; Nr.34 catwalk Hamburg; Nr.38 Speicherstadt Kaffeerösterei; Nr.42 Paulina Speicherstadt Kaffeerösterei; Nr.42 Paulina expect in style, Umstandsmode; Nr.44 four; Nr.5 HAGEL The Hair Company, Friseur; Nr.7 JF Flebbe GmbH, Männermode; Nr.9 Glenfield, Fine Knitwear; Nr.9 Pura Vida, Schmuck; Nr.11 Optik Martin Carl, Optiker; Nr.11 AUST, Collezione d'Italia; Nr.11 Quartier 11; Nr.13 Lienau hat das Zeug z.Spielen, Spielwaren; Nr.31 Peter Polzer, Friseur; Nr.31 Bettenhaus Bürger; Nr.43 Tee-Handels-Kontor Bremen; Nr.43 Vodafone Shop Eppendorf; Nr.47 Back-Werk;

Bettenhaus Bürger; Nr.43 Tee-Handels-Kontor Bremen; Nr.43 Vodafone Shop Eppendorf; Nr.47 Back-Werk; Eppendorfer Landstraße Nr.2 Haspa, Bank; Nr.4 Blumenhaus Radau, Blumen; Nr.6 Gandhi, Indisches Restaurant; Nr.12 footinmotion; Nr.19 ARTEM Bluse und Hemd, Nr.32 WolffheimsWolffheim, Immobilien; Nr.36 Morellino, Restaurant; Nr.36 Locke, Friseur; Nr.54 Patite Gourmande, Confiserie; Nr.54 Patite Gourmande, Confiserie; Nr.54 Namulack, Mode; Nr.56 Das Buch, Buchhandlung; Nr.56 Augenblick, Optiker; Nr.58 Happy Heels, Schuhmacherei; Nr.58 Ihr Sonnenstudio, Sonnenstudio; Nr.70 Deutsche Bank, Bank; Nr.74 Ristorante da Franco, Restaurant; Nr.76 Anneli Rieck, Goldschmiede; Nr.80 Schlüsselzentrum, Schlüssel; Nr.80 Terzozentrum Hamburg, Hörgeräte; Nr.84 Lampen Wetter, Lampen; Nr.84 Apotheke, Apotheke; Nr.86 Optik Köpke, Optiker; Nr.86 Haspa, Bank; Nr.88 Konditorei Lindner, Konditorei; Nr.90 Frucht-Haus Duntas, Obst und Gemüse; Nr.92 top o top, Damenbekleidung; Nr.92 Thor Straten, Juwelier; Nr.96 Tabakwaren Presse; Nr.100 Balzac Coffee, Cafe; Nr.102 Samt & Sonders, Geschenke; Nr.106 Sigikid; Nr.112 Verena Moden, Mode; Nr.112 Kleman Brillen, Brillen; Nr.112 a Friseur Löhndorf, Friseur; Nr.120 Second-Hand, Second-Hand; Nr.122 Dietrich Niesitka, Teppichboden; Nr.130 Thomas Cook, Reisebüro; Nr.130 Grönich Aufpolstern & Beziehen, Holzaufarbeitung; Nr.144 Piazza Mercato, Südl. Spezialitäten; Nr.11 B Exclusiv, Mode; Nr.5 Shirley Mae, Schuhe; Nr.11 B Exclusiv, Mode; Nr.5 Shirley Mae, Schuhe; Nr.11 Dietker Carl, Optiker; Nr.19 Cord Stehr, Weine; Nr.19 Optiker Carl, Optiker; Nr.19 Creen, Kinderschuhe; Nr.19 Green, Kinderschuhe; Nr.19 Ramenlos, Friseur; Nr.9 Cord Stehr, Weine; Nr.15 Ryf of Switzerland, Colifeur; Nr.61 Bar Italia, Restaurant&Weinbar; Nr.65 masoud-schuhe, Schuhe; Nr.111 Varia Hochwertige Präsente + Wohnaccessoires; Nr.121

Stern, Änderungsschneiderei; Nr. 123 Jutta Basner

Friseurmeisterin; Eppendorfer Marktplatz Nr. 2 Apotheke a. d. Friedenseiche, Apotheke; Nr. 2 BoConcept Hamburg Eppendorf, Einrichtungen/ Möbel; Nr. 5 Haspa, Bank; Eppendorfer Weg Nr. 168 JLOVES; Nr. 170 Gala Atelier, Die Änderungs-Schneiderei; Nr. 176 Dal Fabbro, Winebar; Nr. 180 Fischfeinkost Egon Atelier, Die Änderungs-Schneiderei; Nr. 176 Dal Fabbro, Winebar, Nr.180 Fischfeinkost Ego Geißen; Nr.210 Ristorante Come Prima; Nr.210 sandro magris, Antipasti; Nr.234 Cafe Leckerei; Nr.244 Apotheke am Falkenried; Nr.244 EA Taliano, Antipasti - Pasta - Bar, Nr.244 Trainingsraum, Ems Training; Nr.248 Miller is Jeans & Interiors; Nr.248 Gantert, Konditorei; Nr.252 RuBios, Bio & Delikatessen; Nr.254 Bining, Creative; Nr.248 Gantert, Konditorei; Nr.252 RuBios, Bio & Delikatessen; Nr.254 Bining, Creative; Nr.256 Azzuro, shoes & more; Nr.260 eve in paradise; Nr.266 Azuro, shoes & more; Nr.260 eve in paradise; Nr.266 Azuro, shoes & more; Nr.260 eve in paradise; Nr.266 Azuro, shoes & more; Nr.260 eve in paradise; Nr.266 Azuro, Shoes & more; Nr.260 eve in paradise; Nr.266 Kallensee GmbH, TV-VIDEO-HIF!; Nr.268 Kallensee GmbH, TV-VIDEO-HIF!; Nr.268 Kallensee GmbH, TV-VIDEO-HIF!; Nr.268 Kallensee GmbH, Nr.270 Unzertrennlich essen & trinken; Nr.276 Caprice, Mode; Nr.276 Meersachen e.K.; Nr.280 Ristorante Fezzi; Nr.189 Kosmetik Eppendorf; Nr.189 Lady Perle, Schuhgeschäft; Nr.193 Cafe Brodsky, Russiche Cuisine; Nr.189 Commerce, Nr.193 Cafe Brodsky, Russiche Cuisine; Nr.193 CD Bistor; Nr.195 Statteilmakler Eimsbüttel; Nr.207 Schritt für Schritt, Mode für Kinder, Kinderschuhe und Mode; Nr.229 lille synd, trendige mode; Nr. 229 Outfit Friseur; Nr.235 Steinberg – the Living room, Geschenke; Nr.237 Cafe Tempo; Nr.245 Gabriele Wiese, Friseure; Nr.249 Obst + Gemüse, Eddy Caliscan; Nr.255 LD Leder Design Hamburg, Shop + Maunfaktur; Nr.255 Hebammenpraxis im Kleinen General; Nr.265 Zimmerchen, Nr.269 Sicaré Dante; Nr.271 Shape Haircutters; Nr.279 Kinderreich, Party und Spiel: Nr.281 Peter Judd, Modeschmuck; Nr.287 Poletto Winebar, Weinstube; Effikastraße Nr.42 Das Hand und Fuß Team, Hand

Winebar, Weinstube; Erikastraße Nr.42 Das Hand und Fuß Team, Hand

Erikastraße Nr.42 Das Hand und Fuß Team, Hand u. Fußpflege; Nr.44 Lotto, Zeitschrifter, Nr.44 Wichern, Haarinstitut; Nr.48 Je suis!, Secondhand fashion: Nr.48 petite princesse, Mode, Accessoires; Nr.50 a Hülsen Petit Fisch Bistro, Fischbistro; Nr.58 Käse, Wein und mehr; Nr.66 Wohndecor, Raumaustattung; Nr.70 Primacrema, Feinkost; Nr.45 Rolf Kappler Einbruchschutz, Schlüssel etc; Nr.57 Flugbörse, Flüge:

Rolf Kappler Einbruchschutz, Schlüssel etc; Nr.5/
Flugbörse, Flüge;
Fährhausstraße Nr. 8 HPM Vermögensverwaltung;
Friedr. Schütter Platz Ernst Deutsch Theater;
Theatergastronomie Schütters;
Galleria World in Travel, Reisebüro; Bagger & Gehring,
Goldschmiede; Linus, hochwertige Herrengarderobe;
Gänsemarkt Passage ELB Fashion Store, Mode;
Gänsemarkt Passage ELB Fashion Store, Mode;
Mercedeh-Shoes; Umkleidekabine, T-Shirt Druck;
Gänsemarkt Parfümerie; Görtz 17; Eiscafe San
Remo; Hello Kitty, Mode u. Accessoires; Block House,
Restaurant; Super Cut, Friseur, Nr.43 Praxis Dr. Maik
und Kirsten Humsi;
Geibelstraße Nr.12 SantaFe, Restaurant, Cockailbar;
Gertigstraße Nr.12 SantaFe, Restaurant, Cockailbar;
Gertigstraße Nr.14 Kartenhaus, Tickets; Nr.6
Futterneid, Tiernahrung; Nr.20 Smart Sun,
Sonnenstudio; Nr.24 Yellow Möbel; Nr.48 Kiosk 48; Nr.58
Kokon, Fashion & More; Nr.68 Grill Shop Winterhude;
Nr.1 Jamka, Textilien; Nr.3 Konditorei Boyens; Kokon, Fashion & More, Nr.68 Grill Shop Winterhude; Nr.1 Jamka, Textilien; Nr.3 Konditorei Boyens; Nr.11 Deseo, Tapasbar; Nr.17-19 my favorite store, Designermode; Nr.23 C2M, Friseur; Nr.23 Salat Quelle; Nr.25 Georg Kramer, Uhrmachermeister, Juwelier; Nr.25 quando Vietnamese, Street Kitchen; Nr.27 Holz connection, Möbel; Nr.27 Thaysen Fashion; Nr.31 hallel.ula! Schönes für Engel und Bengel; Nr.33 Boutique 33; Nr.37 Pastelaria Porto, portugisische Spezialitäten; Nr.41 Der Bioladen Winterhude; Nr.59 Bäckerei Daube; Nr.59 einsnulleins, Notebook & Co Service; Nr.61 Mama einsnulleins, Notebook & Co Service; Nr.61 Mama Trattoria, Ristorante;

Geschw-Scholl-Straße Nr.6 Mrs. Sporty, Fitness für Frauen; Nr.23 Eppenlove Cafe und Lädchen; Goldbekplatz Nr.1 Home & Garden; Nr.2 Goldbek

Medical; Medical; Mr.2 Gurden; Mr.2 Gurden; Mr.2 Gurden; Mr.2 Gurden; Mr.3 Capieserei Speis & Trank; Mr.3 2 Print- und Copyhaus GmbH; Nr.3 4 Cafe 'Dilo; Nr.4 0 Papier & Co., Bürobedarf; Nr.4 0 Base / E-Plus Shop Uni Hamburg; Nr.4 4 SHALOM, Israel Bijoux u. Kunstgewerbe; Nr.8 0 Lavante Deli & Coffeeshop; Nr.8 0



So steht das neue Alster-Magazin jetzt im schicken Acryl-Display bei unseren Sharepoint-Partnern.



McPaper; Nr.106 Atlantik Apotheke; Nr.106 Eiscafe La Veneziana; Nr.106 Schweden Optik; Nr.110 Vodafone; Nr.114 Pace Coffee, the fairest Coffee; Nr.116 BackWerk; Nr.126 EDEKA aktiv markt Nr.116 BackWerk; Nr.126 EDEKA aktiv markt Anders; Nr.134 Bodega Bar, Las Tapas'; Nr.134 Arrabbiata, Orient Bistro; Nr.136 Die Brille Susan Timm; Nr.138 Tabak-Shop Lüchau, Zeitungen; Nr.146 Asia Lounge, Restaurant; Nr.148 Comestibles, Wein; Nr.150 Outlet King; Nr.158 Football Factory; Nr.164 everglaze, Schmuck; Nr.168 Cafe Pastelaria, Portugiesische Spezialitäten; Nr.170 Matratzen Markt Concord; Nr.180 Carlotta Secondhand; Nr.132 Lowy; Dizza Songies, Nr.138 Dos. EDISÖP. Markt Concord; Nr.180 Carlotta Secondhand; Nr.182 Joey's Pizza Service; Nr.186 BOBS FRISÖR; Nr.188 MFO Matratzen Factory Outlet; Nr.7 Alnatura; Nr.17 Campus Suite; Nr.21 Studioline Photography; Nr.45 Haspa; Nr.53 Haspa, Bank; Nr.77 Andere Welten, Medienvertretung; Nr.79 Orito Grindel, fresh californian cooking; Nr.79 Schneiderei am Grindel; Nr.83 Internetcafe; Nr.83 Ali 's Grillhaus; Nr.87 ak deniz, Schnellimbiss; Nr.87 Der Friseur, Campus Curl·Nr.89 A On Na Ali's Grillhaus; Nr.87 ak deniz, Schnellimbiss; Nr.87 Der Friseur, Campus Cut; Nr.89 S On NA MU, koreanisches Restaurant; Nr.105 Reckrad, Fahrräder; Nr.117 Afro-Asia-Shop, Cosmetics & Hair, Food & Fish; Nr.117 Ihr Sonnenstudio; Nr.129 Monkey Donuts; Nr.131 Kiosk; Nr.131 Drucker Tanke; Nr.131 Pearlypop, Schmuck; Nr.13 Beautiful Nails, Nagelstudio; Nr.139 Happy Copy Digital, Digital & Werbetechnik; Nr.141 Grindel Schuhmacherei; Nr.159 Änderungsschneiderei; Nr.159 Restaurant Gopalam, Vegetarischayurvedisch; Nr.161 Fahrrad Gebrauchtmarkt; Grindelbero, Nr.61 Kal. 1, Node; Nr.86 intertel gml ayurvedisch; Nr.161 Fahrrad Gebrauchtmarkt; Grindelberg Nr.86 KA 1, Mode; Nr.86 intertel gmbh, mobile kommunikation; Nr.88 Paracelsus-Apotheke, Schwerpunkt Homöopathie; Nr.3 ANDREAS APOTHEKE, Apotheke; Nr.39 S.Z. Fahrradservice; Nr.39 Friseursalon KASKADE, Friseur; Nr.41 Japan Feinkost, Sushi-Party-Service; Nr.41 Studioline Photography; Nr.45 Tinten-Toner-Tankstation; Nr.83 Susanne Bielefeldt, Tabakwaren-Spirituosen-

Große Bleichen Nr.32 Privatdozent Dr. Tesch Großer Grasbrook Nr.9 Hafenhunger; Nr.9 Hafencity Schuhmacherei; Hagedornstraße Nr.53 Zahnarztpraxis Dr. Marcus

Hallerstraße Nr.36 Dr. Jörg Brettle, Zahnarzt; Nr.78 Edeka Niemerszein:

Hallerstrabe Nr. 30 br. Jorg Frettle, Zahnarzt; Nr./8 Edeka Niemerszein;
Hamburger Hof Parfümerie Hamburger Hof;
cappuccino-due, Cafe/Bar/Restaurant; Springfield
Homedesign, Bilder, Möbel, Accessoirs, Lifestyle;
Blume Hamburger Hof, Blumengeschäft;
Hamburger Melle EG Information; EG, Ernstings
Family: EG, LUCKY Clean & Heets: EG, Mc Papers
EG Nailys; EG 19, Friseur Essanelle; EG 21 Jensens
Landschlachterei; EG 22 Oil & Vinegar; EG 23 MIMA;
EG 28 Apollo Apotheke; EG 29, Friseur Nicolaisen;
EG 31 Bäckerei Junge; EG 39 Uniesx, Friseur; EG
40 Multi Express, Schuhmacherei/Schlüsseldienst;
EG 44 Camel Shop; EG 45 Stichweh Textilreinigung;
EG 47 Spiele Max; EG 52 Friseur; EG 62 Freigang
Shirts; OG Apotheke Appollo 2; OG 108 Vodafone;
OG 116 Bäckerei Nitt; OG 116 Nur Hier; OG 117
Dat Backhus; OG 118 Reformhaus Engelhardt; OG

OG 116 Backerei Nitt; OG 116 NOT Filet; OG 117
Dat Backhus; OG 118 Reformhaus Engelhardt; OG 122 Eiscafeé Fiore; OG 140 Sansibar; OG 147 Jens Koch; OG 27 Tom Tailor; OG 27 Sparda Bank; OG 55 Haspa; OG 85 Thalia Bücher; OG 92 Studio Line Photography; OG 97 Starbucks; OG 98 Pan Asia; OG 121 Schuback, Parfümerie;

Hanseviertel Roeckel, Handschuhe; Quartier 30, exhibition Mortal providers believes Pana Confereite.

exklusive Mode; Leysieffer kleiner Shop, Confiserie und Konditoreispezialitäten; Leysieffer, Confiserie und Konditoreispezialitäten; Restaurant les und Konditoreispezialitäten; Restaurant les parisiennes, Restaurant, La Moda, Abendkleider; Caffee Rouge, Cafe Bistro; Falke-Store, Strümpfe; Sansibar-Sylt, Fashion; Hamburg Buisiness Center; Endeca, Passion f. Wein u. Spirituosen; Pusteblume exklusive Kindermode; im Hanseviertel; Tott & Co., Herrenschuhe

Hartwicusstraße Nr.6 Uhlenhorster Reisedienst.

Hartwicusstraße Nr.6 Uhlenhorster Reisedienst, Reisebüro; Nr.6 Kosmetti u. Mode an der Alster; Hebbelstraße Nr.15 elkline GmbH; Hegestraße Nr.8 FOLKER h. Der Friseur; Nr.8 Laura & Louis, Fashion Room for Kids; Nr.12 Restaurant Da Remo; Nr.50 Umland Delikat-essen, und Party-Service; Nr.13 Das Kleine Kinder Kaufhaus; Nr.15 REINDL secondhand; Nr.21 Botho Nickel, Hochzeitsausstattung; Nr.31 Uhrwerk 31, Uhren für Ästheter, Nr.31 Suffly's, Clothes for Men & Women; Nr.33 schokovida, Feinste Schokoladen; Heinrich-Hartz-Straße Nr.101 Blumenladen Dieter Ahlf;

Herderstraße Nr.2 Änderungsschneiderei Julia; Nr.2

Instruction of the North American School of t Nr.34 Blumenhaus Daebler, Blumen; Nr.34 Villa Salis, Relax- u. Wellness-Lounge; Nr.38 Big Easy, Bistro/Restaurant; Nr.48 Lotto, Kiosk; Nr.52 Alsterdorfer Backhus, Bäckerei/Café; Nr.27 Mein Friseur, Friseur; **Hofweg** Nr. 4 Edeka Sören Lade, Lebensmittel; Nr. 20

Maxim Lebensmittel: Nr.22 Casa Nova, Eiscafe: Maxim Lebensmittel; Nr.2Z Lasa Nova, Eiscare; Nr.24 Haspa, Nr.46 Hofweg Apotheke; Nr.46 Kape, Bistro; Nr.48 Zeitschriften-Shop; Nr.50 La fee; Nr.68 Jody-2Rad, Fahrräder; Nr.72 Farda, Syrt Restaurant; Nr.98 Burg Apotheke; Nr.102 HENNY's Restauranmt & Events; Nr.21 Wäscherei, Reinigung; Nr.29 Travel & Home, Reisebüro; Nr.31 N&N Reisen; Nr.33 Stöben-Wittlinger, Immobilien; Nr.45 FLIQUA GmbH Body Energising Studio; Nr.45 Cafe Boyens, Conditorei; Nr.57 Augenärzte im Hofweg; Nr.59 Post am Hofweg; Nr.61 a Rindchen 's. Weinkontor; Nr.63 Emmas Konditorei Cafe Dells; Nr.65 Dalivi, Stoffe; Nr.73 Boulevard Hotel; Nr.75 Nippon-Hotel; Nr.77 Viale Grande, Restaurant; Nr.81 Edeka Niemerszein, Edeka; Nr.99 SAFA, Schuh + Schüsseldienst; Nr.101 Dilo-Cafe, Cafe; Hoheluftchussee Nr.18 Osaka Sushi. Restaurant: Hoheluftchaussee Nr.18 Osaka Sushi, Restaurant; Nr.18 Wolsdorff Tabacco GmbH; Nr.28 Sub Way Sandwiches HH 2; Nr.13 Style Lounge, Way Sandwiches HH 2; Nr.13 Style Lounge, Friseur; Restaurant; Nr.30 aktuell ROLLO, Vertriebsgesellschaft mbH; Nr.32 Vodafone Shop; Nr.32 Broterbe Gaues; Nr.52 My Way, best of asia; Nr.56 Eiscafé Toscana; Nr.56 SCHNELLREINGUNG, Najiba Adina; Nr.56 Friseur Team Hoheluft, Friseur; Nr.56 Oberdörffers Apotheke; Nr.60 Din Hau, Asiatische Spezialitären; Nr.68 Buchhandel Frank & Steinwarder; Nr.68 nipala functional Frank & Steinwarder; Nr.68 nipala functional sportswear, Sportausrüstung: Nr.72 Maxi Sun; Nr.84 Statronic, Elektronic & Hiff; Nr.68 Haarstudic Lauro; Nr.90 Margot Randhawa, Blumen; Nr.90 Copy As; Nr.92 Hoheluft Reinigung; Nr.17 Eisen + Haushaltswaren Harms; Nr. 45 Lichthaus Friedrich Hass; Nr.85 News + Cent Point; Nr.85 News + Cent Point Str. 18 Nr.85 Point, Schreibwaren/Presse; Nr.119 Funk-Schloss-

Hudtwalckerstraße Nr.8 Dr. Trettin, Neurologie; Nr.16 Paolino, Ristorante Sardegna; Nr.18 Fährhats Apotheke; Nr.20 Kleine Freiheit; Sexdessous; Nr.24 Schiwi-Computer, Computer; Nr.24 Moringa, Das Plus an Lebensqualität: Nr.28 Die Pampi, Mode für Groß und Klein; Nr.28 Schamotte, Pizza Suppen Salat; Nr.30 Urban-Spa, Schönheit; Nr.11 Arbeit, U. Mehr, Arbeitsvermittlune: Nr.13 Winsterhuder. Salat; Nr.30 Urban-Spa, Schönheit; Nr.11 Arbeit u. Mehr, Arbeitsvermittlung; Nr.13 Winterhuder (Restaurant & Cafe) Nr.13 Komödie Winterhuder Fährhaus; Nr.17 Blumen-Börse; Nr.19 Nur Hier, Bäckerei; Nr.23 G. Freytag, Hüte; Nr.29 Nine to Five, Shoes & More; Nr.31 Concept Leger, Mode; Nr.33 Effenberger, Bäckerei; Nr.35 Heymann, Bücher; Nr.37 Da Lui, Restaurant; Humboldtstraße Nr.5 UNIFLOTT, Textil-u.

Lederpflege:
Isestraße Nr.86 my perfect Sunday; Nr.77
Tiefenthal Bar Restaurant, Restaurant;
Jarrestraße Nr.26 H & B, Bäckerei; Nr.26 Kiosk
Avanti; Nr.28 Haspa; Nr.42 DUBARA, Döner; Nr.
Rewe, Lebensmittel; Nr.55 Die Bäckerei; Nr.57
Döner-Queen; Nr.42 Jarre-Apotheke;

Doner-Queen; Nr.42 Jarre-Apotheke; Jungfernstign Nr.16 City Fresh, Gastronomie; Nr.38 Schuhhaus Prange; Nr.40 Jack & Jones Vero Moda; Nr.44 Langhagen & Harnisch, Gemälde & Kunsthaus; Nr.48 Roth's Alte Englische Apotheke; Nr.54 ALEX Hamburg im Alsterpavillon; Nr.58 MIO Bistro Caffe Gelato; Nr.51 Optiker Bode Kaufmannshaus Brahmskeller, Wein u. Bierstube; Böcker Design Optic, Ontiker

Böcker Design Optic, Optiker; Klosterallee Nr.80 Kloster Stuben; Nr.80 Ise

Apotheke; Klosterstern Nr.6 Evelin Brandt, Mode; Nr.5

Klosterstern Nr.6 Evelin Brandt, Mode; Nr.5
Tabakwaren-Zeitschriften, Lotto-Toto Hessamian;
Nr.5 Haspa; Nr.5 Tabakwaren, Zeitschriften,
Postfilialpartner;
Krohnskamp Nr.15 Wijnhus, Weine;
Körnerstraße Nr.2 Kult Kiosk Mühlenkamp
Langa Reihe Nr.18 Hotel Senator; Nr.18
nahhaut, Supermarkt, Nr.34 Balkan Magazin,
Balkan-Spezialitäten; Nr.48 Everest, GeschenkBasar; Nr.50 plateau, Herrenbekleidung; Nr.60
Lagerverkauf Speicherstadt; Nr.62 Casa Nostra,
Restaurant; Nr.66 Hair Joy, Friseur; Nr.66 vodafoneshop; Nr.1 My Nails, Nageldesign; Nr.23 GeorgieFriseursalon; Nr.62 Lagerhaus Hamburg; Nr.47
caffe due; Nr.47 Eiscafe Triboli; Nr.57 Werkhaus,
Fashion; Nr.63 Cafe Uhrlaub; Nr.67 Vasco da
Gama, Restaurant; Nr.73 Weinkauf St.Georg; Fashion; Nr.63 Cafe 'Uhrlaub; Nr.67 Vasco da Gama, Restaurant; Nr.73 Weinkauf St. Georg; Nr.83 O 'Pote, portugisische Spezialitäten; Nr.87 Mercado lberico, spanische Lebensmittel; Nr.87 Kiosk 87, Zeitschriften; Nr.87 Alica Weitmann, Schneiderin; Nr.91 Ticketkontor, Reisebüro; Nr.91 Petra Nentwig, Kosmetik u. Fußpflege; Nr.101 Das Haarwerk, Friseur; Nr.103 Body Vital Shop, Sportlernahrung u. Fitnessbekleidung; Nr.111 Tempur Studio, Premium Schlaf; Nr.113 Rahimi Baatth Nr.117 Epilyact 1 Suffer.

Tempur Studio, Premium Schlaf; Nr.113 Rahimi Beauty; Nr.117 Feinkost Läufer; Lattenkamp Nr.4 Lotto + Toto; Nr.6 Elbschön, Friseur; Nr.8 Cafe Memorandum; Lehmweg Nr.28 Queen for à day, Mode; Nr.28 Cengiz Aydin, Master Hair Stylist; Nr.36 Haarkunst, Cladia Ossege; Nr.36 Sense of Beauty, Die Wellness Lounge; Nr.40 Style your Cake, Süßigseiten; Nr.40 Fine Antique Interiors; Nr.46 Galerie in Eppendorf; Nr.46 Clou, Geschenke; Nr.46 Blumenladen B.Sanmann; Nr.48 Zuckerpuppe, Mode; Nr.50 UMS Ute Münzer Spiess, Make up; Nr.50 die Fasserie, Wein.Essig, Öl, Whisky; Nr.56 Fleischerei Harms; Nr.58 jolie Karla-Maria Ostersetzer, Friseurmeisterin; Nr.58 Ristorante Italiano; Nr.31 Fashion Cut, Kostümbildner Anderungsschneider; Fashion Cut, Kostümbildner Änderungsschneider; Nr.31 a Cafe Estoril 2: Nr.35 China Garten. Nr.31 a Lafe Estori L; Nr.35 China Garten, Restaurant; Nr.35 Haare Manuel Oliveira; Nr.41 Kratzfest, Naildesign; Nr.43 Milchzahn, Baby- u. Kinderausstatung; Nr.43 Son Sara, Boutique; Nr.43 Yilmaz, Änderungschneiderei; Nr.43 Askrafi Antikes & Feines; Nr.51 Stoffkunst; Britta Grumann, Kurzwaren; Nr.53 Eppendorfer Haushaltsstübchen; Nr.55 Outfit Haare & Kosmetik: Nr.57 ANIMAL

tinearts; **Lenhartzstraße** Nr.16 LoBo Frisuren GmbH,

Meisterhafte Haargestaltung; Levantehaus Steiff, Spielwaren; Flane Chocolaterie Cafe; Swatch, Uhren; Bar Levante, Restaurant; Cafe; Swatch, Uhren; Bar Levante, Restaurant; Drössel & Rademacher, Schreibwaren, Park Hyatt Hamburg, Hotel; Calvin Klein Jeans Store; Sansibar The Store Shop, Kleidung; Marc O'Polo, Kleidung; Schuhbecks Gewürze; Princess tam.tam Boutique Hamburg; 1.Etage Sichebull Osterr. Restaurant; 1.Etage Asia Restaurant; 1.Etage B.O.S.Caviar Gourmetecke; 1.Etage Fon Friseur; 1.Etage Sushi Factory:

ractory; Lilienstraße Nr.8 Body Focus GmbH; Lokstedter Weg Nr1. Cleopatra Schönheitssalon; Nr.1 Tessa Petzoldt, Blumen; Nr.9 Erika Apotheke,

I öwenstraße Nr 4 Der I öwenschuster Löwenstraße Nr.4 Der Löwenschuster; Löwenstraße, Ecke Eppend. Weg Nr.22 China Restaurant Lotusblüte; Ludolfstraße Nr.43 Trattoria Campo, Restaurant;

Ludolfstraße Nr. 43 Trattoria Campo, Restaurant; Nr.53 Alma Hoppes Lustspiel Haus; Maria-Louisen-Straße Nr.92 a Edye-Kaesow, Augenarzt; Nr. 100 St. Johannis Apotheke; Nr.3 Amaria-Louisen-Straße Nr.6 Sadest 's Portog, Cafe-Schneiderei; Nr.14 Saigon, Restaurant; Nr.64 Edeka Arff im Spektrum am UKE; Nr.11 Neo Cafe; Milchstraße Nr.2 Juwelier Perlen Müller; Nr.26 Grundig Couture; Nr.28 Ristorante Da Mario, Pizzeria; Nr.11 Vodofone Shop im Pöseldorf Center; Nr.12 Asob & Theissen Immobilien GmbH; Nr.3 Pluto Das Restaurant in der Milchstraße.

Nr.3 Koob & Theissen Immobilien GmbH; Nr.3 Pluto Das Restaurant in der Mitchstraße; Nr.3 OLGUN Änderungsschneiderei; Mittelweg Nr.18 Beauty Klinik; Nr.20 Die 2 friseure; Nr. 24 La Bottega; Nr.24 Ristorante Torcello, Italiener; Nr. 26 six. 26, Restaurant/Bar; Nr.30 Italiener; Nr. 26 six 26, Restaurant/Bar; Nr.30 Hautkultur, High Care; Nr.122 Blockhaus; Nr.130 Enoteca Passion für Wein; Nr.138 Pöseldorfer Brillenhaus; Nr.140 Anderungs Atelier Pöseldorf; Nr.140 Blumenpavillon Pöseldorf; Nr.140 Flumenpavillon Pöseldorf; Nr.140 Flumenpavillon Pöseldorf; Nr.172 Broders CULINARIUM; Nr.21 Ercan & Kindereit, Schneider; Nr.25 Shop Mittelweg; Nr.25a Schanzenbäckerei; Nr.27 II Gelata, Erickie Gelato . Eisdiele

und Lattemacchiato · Nr 31 Ristro Masur· Nr 31 und Lattemacchiato; Nr.31 Bistro Masur; Nr.31 Gurke, Kneijer; Nr.41a Bis Sun, Sonnenstudio; Nr.41a Hypo Bank; Nr.41 c Shemsi Shala, Friseur; Nr.123 Pöseldorf Apotheke; Nr.125 Gebr. Jürgens, Haushaltswaren; Nr.151 Dr. Schrank, Orthopäde; Nr.157 Haspis: Nr.161 Apotheke; Orthopäde; Nr.157 Haspis: Nr.161 Apotheke Carjell's, Nr.173 Bäckerei Bamian; Nr.153 Apotheke Carjell's, Nr.173 Bäckerei Bamian; Nr.173

Blumen Jürs am Mittelweg Mönckebergstraße Nr.3 MÖ-CITY-APOTHEKE;

Mönckebergstraße Nr. 3 MÖ-CITY-APOTHEKE; Nr. 29 Hirmer Grosse Größen; Mühlenkamp Nr. 2 Harms & Schacht, Restaurant; Nr. 4 Hund & Katze, Tierartikel, Nr. 6 a Kaffee elbgold, Cafe '+ Rösterei; Nr. 8 Edelsatt, Imbiss; Nr. 8 Pittarello, Restaurant; Nr. 10b Masana Fashion; Nr. 12 Qrito, Restaurant; Nr. 14 Weinlust, Weinhandel; Nr. 16 d'Agate, Antipasti etc.; Nr. 16 Liman, Fischrestaurant; Nr. 16 Die Suppennudel, Imbiss; Nr. 18 Mü - 18 Pizza Profis; Nr. 22 Optiker Vocke; Nr. 34 Haspa; Nr. 40 Cecest Tagesbar; Nr. 42 Coffee 42; Nr. 42 Fee, Textlien; Nr. 48 Das Frohlein, Restaurant; Nr. 54 Trüffel Schwein; Nr. 1 Portici, Restaurant; Nr. 30 ive spressob ars: Nr. 3 Vocolaterie Coffee 42; Nr.42 Fee, lextilien; Nr.48 Das Frohlein, Restaurant; Nr.54 Türffel Schwein; Nr.1 Portici, Restaurant; Nr.3 piu espresso bar; Nr.3 Xocolaterie Hamburg; Nr.13 Adam-Eve, Beauty Louge; Nr.15 Engelhardt, Reformhaus; Nr.17 Fisch Böttcher, Fischgeschäft; Nr.17 Tee-Gschwendner; Nr.19 Bonbao, Restaurant; Nr.21 Enjoy it, Eis; Nr.23 Alfa, Reinigung; Nr.29 Tageszeiten, Restaurant; Nr.29 Dr.C. Rosenboom, Zahnarzt; Nr.33 a Orthopädie Mühlenkamp; Nr.33 Haspa; Nr.35 Butter Lindner, Lebensmittel: Nr.35 Gundlach, Schuhe; Nr.37 Effenberger, Bäckerei; Nr.45 Edeka Niemerszein; Nr.59 Jacques Weindepot; Nr.59 Fetch Restaurant; Nr.63 Tanzkult, Die Tanzschule; Mundsburger Damm Nr.24 Esso-Station; Nr.30 Unsere Textilreinigung; Nr.36 Cafe Bäckerei Morgenstund; Nr.36 Gutlethouse, Stoffe & Mehr; Nr.52 Aktuell Rollo; Nr.56 FilsTORIA Hamburg, Münzen; Nr.35 Randhawa, Blumen; Nr.35 Obst, Geschäft; Nr.37 Gerda Hüsch, Dekoration; Nr.39 Likopol polnische Lebensmittel und Feinkost; Nr.47 Tetral Patisch, Dekoration; Nr.39 Likopol polnische Lebensmittel und Feinkost; Nr.47 Tetral Patisch Zeit Licht & Nr.47 Tetral Patisch Care.

Likopol polnische Lebensmittel und Feinkost; Nr.47 Total Station; Nr.51 Tobias Grau, Licht & Raum; Nr.45 Il Nonnino, Ital. Restaurant; Nr.55 Kiosk; Nr.55 Plott, Copy -Shop; Nr.59 Doc Morris, Apotheke; Schuhe; Nr.61 Subway, Imbiss; Nr.63 Double Coffee, Cafe; Nr.65 Rostor Bau GmbH,

Immobilien; Mundsburger Tower Nur Hier, Bäckerei; ICHIBAN Japanisches Restaurant; Sonnenstudio; nah & frisch- eat & fresh to go; COCOON- Hair, Friseur; Louisiana Restaurant Nedderfeld Nr.12 Audi Zentrum, Autohaus; Nr.22 Wilso Mark Hairmann, 12 Offict, Autohaus; Nr.22

Wibo-Werk, Heizungen; Nr.30 Fiat, Autohaus; Nr.34 Nissan, Autohaus; Nr.36 Mitsubishi, Autohaus; Nr.38 BMW, Autohaus; Nr.40, Renault, Autohaus; Nr.80 BMW, Autohaus; Nr.4U, Renault, Autohaus; Nr.8U Renault Niederlassung Hamburg, Autohaus; Nr.94 Kartbahn; Nr.98 B.O.C, Fahrräder; Nr.21 Smart, Autohaus; Nr.29 BMV, Autohaus; Nr.55 Peugeot, Autohaus; Nr.65 Toyota, Autohaus; Nedderfeld/Offakamp Nr.10 BMW Niederlassung

Hamburg;

Hamburg:

Neuer Jungfernstieg Nr.9 Hotel Vier Jahreszeiten;

Neuer Wall Nr. 42, Cravatterie Hamburg
Nr.10 Nespresso Boutique; Nr.26 Waßmann,
Juweliere; Nr.42 Ewige Lampe; Nr.44 Ermenegildo
Zegna GmbH Hamburg Boutique; Nr.46 Loro Piana;
Nr.50 SOR, Mode; Nr.50 Liz Malraux Design; Nr.54
habitat, Möbel-Store; Nr.64 ligne roset Möbel
GmbH; Nr.80 JOOPI Store Hamburg; Nr.80 ST. EMILE
Store Hamburg; Nr.80 GANT Store; Nr.17 Palmers,
Mode; Nr.25 Möhring, Wäschegeschäft; Nr.43 Jil
Sander, Mode; Nr.43 van Laack Store; Nr.61 Marlies
Möller, Friseur: Möller, Friseur:

Möller, Friseur; Nr.77 Walter Steiger; Nr.77 Riviéra Maison; **Oberstraße** Nr.1 WeinViertel; Nr.1 Juwelier Georg Frisch; Nr.3 Sisters, Hair- u. Naildesign; **Ohlsdorfer Straße** Nr.2 Zoo, Tiergeschäft; Nr.4

Osakaallee Nr.2 Bistro Paris; Nr.6 Lieblingsplatz;

Bistro;
Osakaallee Nr. 2 Bistro Paris; Nr. 6 Lieblingsplatz;
Nr. 6 RR Plus, Friseure;
Papenhuder Straße Nr. 24 Hand-Werk, schöne
Wolle; Nr. 24 Pappenheimer, Wirtschaft; Nr. 28
Sturm, Teehandelskontor; Nr. 30 Näscherei:
Cafe; Nr. 32 Koch - u. Designhaus; Nr. 36 TAYAS
Kaffeehaus; Nr. 40 Uhlenhorster Apotheke; Nr. 40
Taucherzentrum; Nr. 56 Hanse-Home Immobilien;
Nr. 58 Blumengeschäft; Nr. 25 Lange, Feinwäscherei;
Nr. 27 Xocolaterie Hamburg; Nr. 35 Rexrodt,
Restaurant; Nr. 39 Konditorei Pritsch; Nr. 67 Obst&
Gemüse; Nr. 67 Anderungsschneiderei;
Parkallee Nr. 15 Feinkost Sarikaya;
Poelchaukamp Nr. 28 broterbe Gaues; Nr. 4 Anne
Schuhknecht, Mode; Nr. 4 Gertrauden-Moden,
Maßanfertigung-Anderung; Nr. 4 Lotto am
Poelchaukamp; Nr. 4 Clips Haare; Nr. 16 KARIN
MILLER Hamburg; Nr. 24 Bazaar Boutique; Nr. 36
TAYAS Kaffeehaus Nr. 18 instorante Salentino; Nr. 1
TIP Reisen; Nr. 3 Eiscafe am Poelchaukamp; Nr. 7
Cafe Canale; Nr. 7a LOSU Schuhe, Karen Bühe;
Nr. 7a Kanne Lifiestyle; Nr. 9 twice Mode GmbH; Cafe Canale: Nr./a LOUK! Schuhe, Karen Bühe; Nr.7a Kanne Lifestyle; Nr.9 twice Mode GmbH; Nr.11 Obst & Gemüse Lieferservice; Nr.15 Dahler & Company; Nr.17 Klünder Uhrmachermeister; Nr.17 Carl-Heinz Schwartau; Nr.21 Blumen-Hahn; Nr.23 Trixi; Mode: Nr.23 Schmucktochter Carolin Winkler: Nr.25 Pasta & Vino: Nr.25 Hackbarth 's

Pöseldorf Center Corner Mode

Pöseldorf Center Corner, Mode; Rothenbaumchaussee Nr. 10 Grand Elysee, Hotel; Nr. 48 Brodersen Restaurant; Nr. 70 Bolero Restaurant; Nr. 70 Dat Backhus; Nr. 70 Schönheit am Rothenbaum; Nr. 76 Apotheke am Rothenbau; Nr. 27 Commerzbank; Nr. 49 Dat Backhus; Nr. 55 Nr.27 Commerzbank; Nr.49 Dat Backhus; Nr.55 Balzac Coffee: Nr.61 Mrs. Sporty; Nr.63 Verdi Restaurant; Nr.75 Sweet Home, Antiquitäten; Nr.101 Cucina d'Elica, Italienisches Restaurant; Nr.105 Sushi; Nr.107 Hotel am Rothenbaum; Nr.107 Zala, Restaurant; Nr.119 Haspa; Nr.137 Terrassen Cafe Funk-Eck, Restaurant-Konditorei-Cafe; Nr.189 Peemüller, Raumausstattung; Nr.209 Dirk Brinkmann, Friseur; Sandtorkai Nr.44 Andronaco Schinkelstraße Nr.2 Köbes, Restaurant & Bar; Schlankrew Nr.73 Bärkerjei Allaf:

Schlankreys Nr.73 Bäckerrei Allaf; Schlankreys Nr.73 Bäckerrei Allaf; Schloßstraße Nr.4 Haspa; Semperstraße Nr.18 Kiosk Forsmannstraße, Kiosk; Sierichstraße Nr.30 Asia Wok, Asiatische Spezialitäten; Nr.30 Ergo, Versicherungen; Nr.40 Hoffrisör Zimmerman, Friseur; Nr.40 Jennys Kindermoden; Nr.42 Marco Hops, Exklusive

Damenmode Spitalerstraße Nr.2 Nike: Nr.8 promod: Nr.16 Spitalerstraße Nr.Z. Nike; Nr.B promod; Nr.1b Deutsche Bank; Nr.1 Dat Backhus; Nr.1 Runners Point, Warenhandel; Nr.7 Lush, Hand made Cosmetics; Nr.9 VIVET, Restaurant - Bar - Cafe; Nr.9 Optik Weser: Tarpenbekstraße Nr.56 Praxis f. Krankengym. & Debristheoratic, District Official Nr.62 Exhapshula

Physiotherapie, Dietke Dörrie; Nr.62 Fahrschule

Injusticia pie, brite bothire, in.O. Tainschille Hoepfner;
Ulmenstraße Nr. 2 Le Beau Voisin
Ulhenhorster Weg Nr. 12 Alpenwunder; Nr. 30
Schönfeld, Gärtnerei;
Überseeboulevard Nr. 2 Kids House & Co,
Kindermode, Nr. 2 Hafen Spezerei; Nr. 2 Nobody is perfekt; Nr. 4 Witty Knitters, Outlet Hafencity;
Winterhuder Forum Apotheke; Bücher-Rö-Co, Zeitschriften; Bücherhalle Winterhude; Von Allwörden;
Winterhuder Marktplatz Nr. 2 Le Chie, Friseur; Nr. 2
Schuback, Parfümerie; Nr. 4 Outlet, Matratzen; Nr. 67-7 media@home; Nr. 16 D. F.Wulf, Reformhaus; Nr. 1. 65
Viva la Wurst; Nr. 1 Krenzfeld's, Obstgeschäft; Nr. 1. Sunpoint, Sonnenstudio; Nr. 1 BARISTA, Asia -Quick restaurant; Nr. 5 Curyy Shapes; Nr. 17 'Osteria
Restaurant; Nr. 2 1 Nur Hier, Bäckerei; Nr. 21 d Haspa, Bank; Nr. 37 Apotheke;
Winterhuder Weg Nr. 86 Movie Star, Video Center;

Winterhuder Weg Nr.86 Movie Star, Video Center; Nr.88 Scharlau Copy-Center für Profis; Nr.114 Kumpirhaus, Café Bistro; Nr.116 Haspa; Nr.20 Ali Demiroglu, Kiosk; Nr.120 Schinkenkate Uhlenhorst, Party-Service: Nr.122 Sculp Cut. Friseur: Nr. 122 Party-Service; Nr.1.2/2 Scuip Lut, Friseur; Nr. 1.2/ wax art, natural brazilian waxing; Nr.142 hüftgold Cafe Bistro; Nr.144 Haspa; Nr.146 Amaranto, Tapas & Vino; Nr.19 La Pasta Da Vino, Ristorante Italiano; Nr.57 Fruchthaus Bescherer, Obst- u. Gemüse-Service; Nr.65 Zigarren Bel Etage; Nr.65 Ulf Friedrich Schneidermeister, Maßanfertigung; Nr.65 Schnittpunkt, Damen u. Herrenfriseur; Nr.65 Matratzen Concord. Matratzen Concord: Nr.65 Cafe Le Ma

## What's up in **TOWN?**



Die beiden Schauspielerinnen Angela Roy und Katharina Abt (r.)



und seine Nachfolgerin Britta Duah (ab August) mit Theaterlegende Eberhard Möbius (Das Schiff, v.l.)

## THEATERPUNSCH

Michael Lang, Intendant der Komödie Winterhuder Fährhaus, und seine designierte Nachfolgerin Britta Duah hatten zum traditionellen Punsch mit Berlinern geladen und 400 Gäste aus Kultur, Politik und Wirtschaft waren gerne gekommen. Wie gewohnt gab es einen bissigen Jahresrückblick von Gerd Spiekermann und musikalische Unterhaltung, diesmal von Frank Grischek (Akkordeon) und Philipp Püschel (Trompete). Mehr Fotos: facebook.com/alstermagazin



Schauspielerehepaar Christiane Leuchtmann und Hans Peter Korff

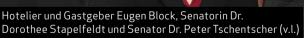






NDR-Rathaus-Experte Jürgen Heuer und Dietrich Wersich (CDU, r.)









## **HOTEL**PUNSCH

Rund 400 Gäste genossen auf Einladung von Hotelier Eugen Block beim 7. Neujahrspunsch vor dem Haupteingang seines Grand Elysée Hamburg bei winterlichen Temperaturen Glühwein, Trüffel-Bratwürstchen und heiße Suppe. Für Unterhaltung neben anregenden Neujahrsgesprächen sorgten Gerd Spiekermann mit einer kurzen stimmungsvollen Rede auf Plattdeutsch, in der er das letzte Jahr nochmal Revue passieren ließ und die Sternsinger der katholischen Gemeinde "Heilig Kreuz".



# WIR MACHEN HAMBURG\* SCHÖNER



HIGH CLASS AESTHETIC MEDICINE MEETS PROFESSIONAL COSMETICS



\* BELLARI HAMBURG · HANSE-VIERTEL · GROSSE BLEICHEN 36

WWW.BELLARI.DE

HAMBURG · FRANKFURT

Jetzt im Hanse-Viertel 040 / 41 91 67 20 hamburg@bellari.de

